

Eliana Sofia Neves Ribeiro

(Re)Construir Vidas

Um Projeto de Intervenção Psicossocial em Contexto
de Acolhimento Residencial de Jovens

MESTRADO EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO
SOCIAL, ESPECIALIZAÇÃO EM AÇÃO
PSICOSSOCIAL EM CONTEXTOS DE RISCO

Eliana Sofia Neves Ribeiro

(Re)Construir Vidas

Um Projeto de Intervenção Psicossocial em Contexto
de Acolhimento Residencial de Jovens

Projeto submetido como requisito parcial para obtenção do grau de
MESTRE EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL

Orientação

Prof.^a Doutora Manuela Pessanha

Este Relatório foi impresso em dois volumes.

MESTRADO EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO
SOCIAL, ESPECIALIZAÇÃO EM AÇÃO PSICOSSOCIAL
EM CONTEXTOS DE RISCO

AGRADECIMENTOS

Aos que contribuíram significativamente para que esta jornada fosse especial e intensa. E que bonita é a jornada quando vivida com intensidade!

À minha orientadora, Professora Doutora Manuela Pessanha, por toda a dedicação, confiança, paciência, cuidado, sensibilidade, afeto, disponibilidade e interesse. Por me ter ajudado a encontrar a serenidade para enfrentar os momentos mais controversos e a olhar para eles de forma construtiva. O seu vasto conhecimento foi importante para (des)construir passos novos e dar sentido a uma intervenção com qualidade no lugar onde os momentos aconteceram. Foi muito gratificante e enriquecedor todo o tempo partilhado, que representa um marco na minha formação enquanto pessoa, e que estimarei sempre e para sempre no decorrer do meu percurso de vida.

À minha família, aos pilares da minha vida, em especial aos meus pais e irmã, que são um lugar onde apetece estar sempre. Por me fazerem acreditar que sair da nossa zona de conforto é o que nos faz viver de verdade. Obrigada pela vossa força, confiança e compreensão. Por todo o amor, ensinamentos e apoio. Por me motivarem a lutar pelos meus sonhos, investindo em mim de forma única.

Ao meu Filipe Coelho, um agradecimento especial, por me fazer acreditar que os bons inícios acontecem quando nos atrevemos a arriscar. Por me cobrar todos os dias para eu me tornar numa pessoa melhor, por acreditar em mim mesmo quando eu própria não acredito. Obrigada por todas as vezes que me fortaleces nos momentos difíceis, por todas as vezes que me abraças, reiniciando-me. Por colocares sempre o amor em primeiro lugar e por me transmitires sempre que juntos iremos alcançar conquistas. À tua família por me acolher e por me fazer sentir que é um lugar onde eu posso Ser e Estar de verdade.

À instituição por me ter dado “carta branca” para mergulhar nas rotinas precisas e detalhadas, tendo sido o lugar que contribuiu para que o Projeto se desenvolvesse.

Às jovens por terem dado sentido a esta experiência. Por terem transmitido “esta casa é tão nossa como tua”, por me fazerem ver que uma caminhada em grupo precisa de se iniciar a partir de sonhos pessoais e coletivos. Por me fazerem ver que apoiarmos o crescimento dos outros, não impedirá o nosso, pelo contrário. Sei bem que por vezes o mundo faz com que pareçam minúsculas para o enfrentar, mas não desistam e mostrem o que conseguem ser e fazer. Obrigada pelas aprendizagens que me proporcionaram, preservando a esperança de que, um dia, seja possível que os nossos caminhos se voltem a cruzar.

Aos profissionais por terem permitido trazer novos olhares para a realidade e por me permitirem ser sua parceira no cuidar. Por toda a sua receptividade, afetividade e por terem confiado em mim, o que possibilitou que fossem explorados trilhos novos, nunca antes percorridos pela vossa casa. Por independentemente dos desafios diários, investirem nas jovens que cruzam o vosso caminho de forma ímpar, tornando-as ainda mais resilientes e sonhadoras. Por me terem premiado com um ambiente de aprendizagens únicas e me fazerem acreditar que tudo pode mudar quando temos grandes motivos.

Às restantes docentes do Mestrado, em especial à Professora Doutora Ana Bertão, à Professora Doutora Sílvia Barros e à Professora Doutora Sofia Veiga, por toda a atenção, por todas as descobertas e questionamentos em ambiente protegido. Pelas suas constantes intervenções e críticas construtivas que possibilitaram reflexões cruciais para o enriquecimento da minha formação.

Aos meus colegas de Mestrado, pelo companheirismo, pelo estímulo, pelo interesse, pela partilha de experiências, que conduziram a inúmeras reflexões pertinentes, constituindo-se valiosos momentos de crescimento. À Salomé por ser lugar de escuta e de compreensão, por ser amor que orienta, pela sorte grande que é tê-la como amiga.

A todos, a minha sincera gratidão e reconhecimento, por tornarem este caminho e Projeto uma realidade.

RESUMO

Na ausência de uma retaguarda familiar capaz de se constituir como uma fonte de segurança e apoio ao bem-estar e desenvolvimento integral de jovens com medida de promoção e proteção, o acolhimento residencial ganha maior importância, na medida em que permite promover e assegurar a proteção dos mesmos. Não obstante, a importância de um olhar cuidadoso sobre as variáveis de cariz estrutural, dão-nos pistas relevantes quanto a situações que poderiam ser melhoradas, com vista a proporcionar aos jovens acolhidos práticas mais securizantes, necessárias para quem na vida já se sentiu menos feliz e menos amado. Nesse sentido, e com vista a garantir um caminho centrado no seu projeto de vida que lhes garanta a autonomia e as competências necessárias para uma efetiva inserção social, torna-se crucial criar um ambiente propício ao pleno desenvolvimento físico e emocional dos jovens acolhidos, onde tenham figuras significativas que permitam colmatar a carência de compreensão, humanismo e acompanhamento que por vezes vivenciam.

O presente Relatório integra um olhar atento e co-construído relativo ao Projeto “(Re)Construir Vidas” orientado pela metodologia de Investigação Ação Participativa e que teve como finalidade “O desenvolvimento integral das jovens através da promoção da sua educação, saúde e bem-estar”. Para tal, investiu-se numa intervenção que potencializasse oportunidades de desenvolvimento moral, aprendizagem de interações mais adequadas e a construção de espaços que permitiram a descoberta de cada uma das jovens, potenciando a sua autoestima e segurança. Ainda que os resultados obtidos tenham sido considerados pertinentes e o Projeto tenha contribuído para condições que permitiram a educação, o bem-estar e o desenvolvimento integral das jovens, com o envolvimento dos profissionais, foi considerado que a continuidade da intervenção poderia alargar outros horizontes, proporcionando às jovens uma maior realização pessoal e social.

Palavras-chave: acolhimento residencial, relação, jovens, desenvolvimento pessoal e social, mudança.

ABSTRACT

In the absence of a familiar background that can provide security and support for the well-being and integral development of young people with promotion and protection measures, residential care becomes more important as it promotes and ensures their protection. Nevertheless, the importance of a careful look at the structural variables gives us relevant clues about situations that could be improved, in order to provide to young people more secure practices, necessary for those in life who have already felt less happy and less loved. In this sense, and to ensure a path centered on their life project, that guarantees them the autonomy and skills necessary for an effective social insertion, it is crucial to create an environment conducive to the full physical and emotional development of the sheltered young people, where they have significative figures that allow filling the lack of understanding, humanism, and accompaniment that they sometimes experience.

This Report integrates a careful and co-constructed look into the Project "(Re)Construir Vidas", guided by the Research-Participatory Action methodology and aimed the "Integral development of young women by promoting their education, health, and well-being". For this purpose, it was invested in an intervention that potentiated opportunities for moral development, learning of more adequate interactions and the construction of spaces that allowed the discovery of every young women, enhancing their self-esteem and security. Although the results obtained were considered pertinent and the Project has contributed to conditions that allowed the education, well-being, and full development of young women, with the involvement of the professionals, it was considered that the continuity of the intervention could widen other horizons, providing young women greater personal and social fulfillment.

Keywords: foster home, relationship, young people, personal and social development, change.

ÍNDICE

Agradecimentos	i
Resumo	iii
Abstract	iv
Introdução	1
1. Os Projetos em Educação e Intervenção Social	3
1.1. Construindo um Projeto em Educação e Intervenção Social	3
1.2. A Investigação-Ação Participativa como a metodologia privilegiada	7
1.3. As Técnicas de Recolha de Dados	9
1.4. A avaliação de Projetos em Educação e Intervenção Social	12
2. Influência do Acolhimento Residencial no Desenvolvimento Pessoal e Social dos Menores	15
3. A Casa de Acolhimento Residencial: construindo o conhecimento	24
3.1. As Jovens acolhidas	27
3.2. As Equipas de Profissionais	33
3.3. Avaliação do Contexto	40
3.3.1. Identificação de Problemas e de Necessidades	40
3.3.2. Recursos, Oportunidades e Constrangimentos	46
4. Desenho do Projeto “(Re)Construir Vidas” e Avaliação de Entrada	48
4.1. Objetivos Gerais e Específicos	49
4.2. Estratégias, Ações e Calendarização	50
4.3. Avaliação de Entrada e Indicadores de Avaliação	52
5. Desenvolvimento do Projeto (Re)Construir Vidas” e Avaliação de Processo	54
5.1. Ação 1: “Palcos de Diálogos e Reflexões”	54
5.2. Ação 2: “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima”	65
5.3. Ação 3: “A Saúde nas nossas Mãos”	68
6. Avaliação de Produto	72

Considerações Finais	83
Referências	85

INTRODUÇÃO

O Projeto “(Re)Construir Vidas” surgiu no âmbito do Mestrado em Educação e Intervenção Social, na especialização em Ação Psicossocial em Contextos de Risco, constituindo-se como uma oportunidade de formação e de crescimento no palco da intervenção psicossocial num contexto considerado de risco e com pessoas que se encontravam em situação de vulnerabilidade pessoal e familiar. Especificamente, o Projeto visou alcançar mudanças na realidade de uma população em situação de risco cumulativo: jovens raparigas que se encontravam a viver a realidade do acolhimento institucional numa Casa de Acolhimento Residencial (CAR), localizada na zona norte do país. A escolha do contexto partiu da curiosidade pelo contacto com uma realidade desafiante e pela vontade interior de intervir junto da população acolhida que tem na pele marcas internas devido aos seus percursos individuais. Ademais, as situações que os menores em grave risco psicossocial e afetivo enfrentam, implicam uma viagem a um mundo estranho, onde as suas referências cuidadoras são postas em causa, onde a proximidade física se pode tornar assustadora, onde o ódio coexiste com o vínculo, conduzindo à vivência de mal-estar que é capaz de nos invadir enquanto seres humanos e, com a consciência da necessidade de mudar a forma como se faz o acolhimento residencial, surgiu em mim o interesse e a procura incessante por acompanhar os profissionais neste caminho, abraçando e respeitando os limites que a própria área profissional enfrenta. Pelo risco associado a este contexto, a intervenção psicossocial com os menores assume-se como fundamental para contrariar a vulnerabilidade e para minimizar a tendência para a reprodução de situações de risco, no sentido de lhes possibilitar (re)construir as suas vidas, devendo investir-se num caminho intencional, repleto de estratégias e ferramentas diferenciadoras e, acima de tudo, protetoras. Sabendo que é através da compreensão sobre o processo de retirada do meio natural de vida e de acolhimento que se compreende o perfil do acolhimento residencial e o verdadeiro impacto desta medida para os menores, este olhar que apresentamos torna-se pertinente para refletir sobre a realidade em questão e para se perceber como é vivida por cada uma das pessoas, acompanhando-as num caminho intensivo que nem sempre é linear.

Orientado pela metodologia de Investigação-Ação Participativa (IAP), o desenvolvimento do Projeto “(Re)Construir Vidas”, cuja finalidade consistiu em promover o desenvolvimento integral das jovens no que diz respeito a competências pessoais e sociais, reflete uma intervenção psicossocial com jovens e profissionais, tendo-se procurado garantir o espaço para a voz de todos os atores sociais, reconhecendo-se que todos possuíam conhecimento e vivências que deveriam ser consideradas como o mote para a construção de novos conhecimentos, olhares, novos modos de ser, estar e agir.

Assim, o presente Relatório encontra-se organizado em dois volumes. O primeiro volume encontra-se organizado em seis capítulos. O primeiro é dedicado ao enquadramento metodológico, onde se procura apresentar uma abordagem teórica acerca dos projetos sociais, as opções metodológicas assumidas no âmbito do Projeto e o modelo de avaliação privilegiado. No segundo capítulo, propõe-se uma leitura teórica sobre a influência do acolhimento residencial no desenvolvimento pessoal e social dos menores. O terceiro capítulo dá a conhecer o contexto em que foi desenvolvido o Projeto, focando-se nos dois grupos de coparticipantes: as jovens e os profissionais. O quarto capítulo é dedicado ao desenho do Projeto, sendo elencadas as linhas que o orientaram e a respetiva avaliação de entrada que possibilitou analisar a coerência e a exequibilidade do mesmo. O quinto capítulo incide sobre o desenvolvimento do Projeto e a avaliação de processo. No sexto capítulo, damos a conhecer a avaliação de produto, trazendo as considerações dos participantes sobre o que foi alcançado. O segundo volume do Relatório consiste numa compilação de anexos e de apêndices que foram construídos e utilizados ao longo do desenho e desenvolvimento do Projeto, pretendendo-se que, com a leitura dessa informação, haja uma compreensão mais completa acerca da realidade e sobre os passos dados.

Para finalizar, interessa referir que refletimos acerca da importância de protegermos as pessoas que construíram este caminho, garantindo a confidencialidade de todos/as os/as envolvidos/as. Assim, os nomes referidos ao longo do presente Relatório são fictícios, tendo estes sido escolhidos pelas próprias jovens e pelos profissionais. Para além disso, foram elaborados consentimentos informados que podem ser consultados em Anexo (Anexo A, p.92). Da mesma forma, a identidade da instituição não será revelada, aparecendo designada como CAR.

1. OS PROJETOS EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL

Neste capítulo, serão apresentados os pressupostos que caracterizam os projetos em Educação e Intervenção Social e é descrita a metodologia de investigação-ação participativa, dando-se enfoque ao papel importante que cada um dos envolvidos assume ao longo do processo. Mencionam-se também as técnicas de recolha de informação que nortearam a co construção contínua do conhecimento e destaca-se, ainda, o processo de avaliação em projetos deste âmbito.

1.1. CONSTRUINDO UM PROJETO EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL

Proporcionando um acompanhamento mais humano dos sujeitos e das realidades, os projetos em Educação e Intervenção Social, segundo Timóteo e Bertão (2012, p.18), “partem de um estudo holístico do contexto, capaz de despertar diálogos e interpretações” dos vários sujeitos sobre a realidade que vivem, visando transformá-la. Transportando o conceito de utopia para o projeto, Serrano (2008, p.34) faz refletir o leitor sobre a necessidade de “deixar voar a imaginação na procura de soluções”, reforçando a necessidade de, simultaneamente, encontrar-se um equilíbrio entre a utopia e o realismo. Numa perspetiva positiva para a transformação, as pessoas são reconhecidas como sujeitos que têm valor, como capazes de olhar a sua realidade de forma crítica, de realizar escolhas, devendo ser envolvidos nos seus próprios destinos de vida, bem como nos processos de mudança (Carvalho & Baptista, 2004; Timóteo & Bertão, 2012). Assim, em projetos deste âmbito estimula-se a participação dos sujeitos em todas as fases do processo, constituindo-se como projetos que se desenvolvem a partir das pessoas e do que é sentido por elas como problema, permitindo a tomada de consciência das suas realidades, no sentido da sua

emergência enquanto agentes de mudança das suas próprias vidas (Lima, 2003; Serrano, 2008; Timóteo & Bertão, 2012). A participação ativa e plena ao longo do processo permitirá que os sujeitos sejam produtores de conhecimento e que sejam capazes de “encontrar novas formas de se conhecer e de entender o mundo” que os circunda (Timóteo & Bertão, 2012, p.17). O profissional, encarando as pessoas como os verdadeiros protagonistas, fará com que elas se sintam agentes reflexivos e participativos, agentes progressivamente mais livres, autónomos, responsáveis e comprometidos com o rumo da sua vida (Carvalho & Baptista, 2004; Guerra, 2010; Mendonça, 2002).

O desenvolvimento e a construção de um projeto em Educação e Intervenção Social obedecem a um conjunto de momentos fundamentais que possibilitarão o conhecimento e a análise da realidade (Cembranos, Montesinos, & Bustelo, 2007; Coutinho, Sousa, Dias, Bessa, Ferreira & Vieira, 2009), sendo eles a análise da realidade, o desenho do projeto, o desenvolvimento do projeto e a avaliação. Podemos elencar também algumas particularidades intrínsecas aos projetos, sendo elas: a intencionalidade, a responsabilidade, a autonomia, a autenticidade e a criatividade (Mendonça, 2002). Sabendo que a necessidade de desenvolver projetos sociais surge devido às constantes mudanças da sociedade que enfrentamos (Guerra, 2010), deve considerar-se que “a realidade é o conhecimento que guia o nosso comportamento”, embora todas as pessoas tenham visões diferentes (Payne, 2002, p.33). Assim, a análise da realidade constitui-se como das fases mais importantes de um projeto em Educação e Intervenção Social, pois torna-se necessário conhecer de forma completa e aprofundada a realidade em que se pretende atuar (Boutinet, 2002; Guerra, 2010). Para tal, é preciso fazer um levantamento claro do que existe e não existe, bem como perceber como é que as diferentes pessoas percebem a realidade em que vivem. Isto é, perceber como é que as pessoas sentem, descrevem, significam e vivem a sua realidade (Cembranos et al., 2007). Assim, o trabalho que desenvolvemos com os sujeitos deve ser reflexo da realidade que é co-construída entre o investigador e as pessoas (Mendonça, 2002; Payne, 2002).

Cembranos e colegas (2007) evidenciam ser importante existir um conhecimento aprofundado e organizado acerca da realidade que se ambiciona transformar porque será esse conhecimento que possibilitará a planificação e o desenvolvimento de projetos transformadores. Para uma compreensão mais consistente da realidade, Cembranos e colegas (2007) elencam um conjunto de

elementos que consideram relevantes considerar na fase da análise da realidade, sendo eles: problemas e necessidades, recursos, potencialidades e constrangimentos. Analisando estas ideias, podemos iniciar pela definição de problema que pressupõe alguma disfunção, alguma situação, fenómeno ou condição que não funciona como deveria (Stufflebeam & Shinkfield, 1995). Por sua vez, a palavra necessidade remete-nos para a diferença entre o que há, o que se deseja e o que deveria ser; é o sentido da mudança desejada, o sentido de transformação, onde se pode gerar uma melhoria a partir da informação, é aquilo cuja ausência ou défice se constitui como prejudicial (Stufflebeam & Shinkfield, 1995). Torna-se crucial referir que os problemas podem estar associados a várias necessidades e que este conhecimento da realidade implica a sua compreensão de forma contextualizada. Todavia, a análise da realidade de determinado contexto só ficará completa se tivermos em consideração que não devemos olhar para a realidade apenas como uma “lista de “desgraças” (Guerra, 2010, p.131), sendo importante olhar, igualmente, para os recursos e as potencialidades, acreditando no potencial de desenvolvimento. Os recursos são os meios que a realidade nos oferece para podermos desenvolver a ação no sentido de alcançarmos o fim desejável (Cembranos et al., 2007) e as potencialidades reforçam o desenvolvimento da ação, correspondendo a fatores que favorecem a construção do processo, podendo ser condições, características, competências, relações, entre outros (Cembranos et al., 2007). O conhecimento e análise da realidade proporcionado pela investigação-ação participativa permite “interpretar a realidade em que se vai atuar e obter dados sobre ela” (Cembranos et al., 2007), pelo que se considera que cada realidade é subjetiva e única e se criam condições para que os sujeitos descrevam essa realidade no seu todo, de modo a explorarem as suas perceções sobre a mesma, com vista a facilitar a sua (re)construção ao ter em consideração as suas potencialidades, recursos e necessidades (Cardoso & Moreira, 2017; Lima, 2003).

Quanto à fase da planificação, ou desenho do projeto, referida por Cembranos e colegas (2007), corresponde à definição de um processo que permita a concretização das mudanças ambicionadas pelos sujeitos (Simões, Fonseca, & Belo, 2006). Já para Serrano (2008, p.11), o ato de planificar ajudará a “conjuguar a utopia com a realidade, a harmonizar o que é e o que deveria ser, a analisar onde estamos e para o que tendemos”. Desse modo, o desenho do

projeto constitui-se como um plano orientador das ações que se pretendem construir para caminhar no sentido da realidade desejada. Esta fase do desenho do projeto, de acordo com Cembranos e colegas (2007), caracteriza-se como sendo um processo, uma vez que prevê um conjunto de procedimentos que definirão e guiarão a diretriz do projeto. A planificação relaciona-se com o “futuro, é um desenho prospetivo para a ação” e, concomitantemente, é o “sistema para: concretizar as decisões tomadas, realizar o plano elegido e conseguir os objetivos formulados” (Cembranos et al., 2007, p.58). A definição da orientação de um projeto pressupõe a formulação de uma finalidade, bem como de objetivos, sendo que a finalidade se constitui como a grande meta utópica, representando a motivação para toda a ação (Boutinet, 2002; Cembranos et al., 2007). Deve ser graduada, formulada de forma ampla, conjugada com a realidade da qual se parte, e orientada em pequenos passos para construir o caminho a ser percorrido (Serrano, 2008). A finalidade, como a “razão de ser do projeto” (Guerra, 2010, p.92) e a sua contribuição para a transformação dos problemas identificados, é de relevância. Os objetivos são como diretrizes concretas, claras para a ação do projeto e espelham as mudanças a realizar. Importa realçar que os objetivos são resultado e construídos a partir da participação das pessoas envolvidas no projeto, devendo ser concretizáveis, tendo em consideração os recursos que a realidade social oferece, podendo ser gerais e específicos (Cembranos et al., 2007). Os primeiros são formulados para suprir as necessidades, descrevem as grandes pistas de todo o trabalho e orientam a ação de forma coerente com a finalidade, constituindo-se como globalizantes, podendo ser decompostos em objetivos específicos (Cembranos et al., 2007). Por sua vez, os específicos detalham e restringem o significado dos primeiros. Designam os modos de concretização dos objetivos gerais a que dizem respeito, remetem para o resultado que se espera alcançar e são formulados do ponto de vista das pessoas a quem se dirigem (Cembranos et al., 2007). Cembranos e colegas (2007) não referem um limite de objetivos a enunciar, apontando, contudo, para a importância de priorizar as necessidades avaliadas, com o propósito de os projetos se tornarem mais eficazes e úteis para as pessoas. Para se realizar essa priorização devem ter-se em consideração critérios, como a premência e a expectativa de sucesso na solução (Cembranos et al., 2007). É a partir dos objetivos traçados que se preveem as estratégias, as ações (Cembranos et al., 2007) e os tempos (Boutinet, 2002). As ações são

constituídas por uma ou mais atividades, devidamente estruturadas e coerentes, definindo-se as atividades como “um conjunto de operações ou tarefas próprias de uma pessoa ou instituição” (Serrano, 2008, p.50). As ações são desenvolvidas a partir das estratégias que, com base em Guerra (2010, p.167), nos remetem para “um processo que quer ver vencida uma dificuldade utilizando os recursos existentes”. Quanto à fase do desenvolvimento do projeto, esta corresponde à concretização da planificação anteriormente construída. Cembranos e colegas (2007) chamam a atenção para que essa fase de realização não deve colocar em causa a análise cuidada e contínua da realidade. Segundo Serrano (2008), esta etapa do projeto requer especial atenção, dado que uma mudança nas condições de realização do projeto ou a alteração das necessidades priorizadas pelos sujeitos, pode dificultar o cumprimento exato do projeto. Desse modo, as planificações em projetos deste âmbito deverão ser abertas, flexíveis e contruídas com as pessoas (Cembranos et al., 2007; Coutinho, 2013; Guerra, 2010). O que se constata é que, de uma forma comum, a última etapa metodológica de qualquer projeto diz respeito à avaliação. Em projetos em Educação e Intervenção Social, trata-se de um processo que é contínuo e permanente e que acompanha todo o projeto, com o intuito de se recolher e analisar os dados relacionados com o seu desenvolvimento, permitindo ao profissional perceber o estado do mesmo (Cembranos et al., 2007; Serrano, 2008). A avaliação deverá possibilitar compreender o nível de eficácia, de eficiência, de coerência, bem como a pertinência do projeto (Boutinet, 2002; Monteiro, 1996).

1.2. A INVESTIGAÇÃO-AÇÃO PARTICIPATIVA COMO A METODOLOGIA PRIVILEGIADA

É comum depararmo-nos com a Educação Social associada às metodologias qualitativas (Carvalho & Baptista, 2004; Serrano, 2003), particularmente à metodologia de investigação-ação participativa. Esta parte dos pressupostos das correntes humanistas (Almeida & Freire, 2003) que ajudam a personalizar a intervenção, sendo os projetos participados. Na literatura são identificados dois

paradigmas de investigação nas ciências sociais, sendo eles: o paradigma dominante e o paradigma emergente. Sucintamente, Santos (1995) considera que o paradigma dominante, também denominado positivista, é caracterizado por advogar a existência de apenas uma forma de conhecimento autêntico, pela sua objetividade, pela relação neutra que existe entre o investigador e o objeto investigado e pelo seu carácter quantitativo. O paradigma emergente, também chamado construtivista, interpretativo ou sociocrítico, nasce da necessidade de uma nova forma de ver e compreender o mundo, trazendo novas formas de o abordar e conhecer. A possibilidade de o Projeto em Educação e Intervenção Social apresentado neste Relatório ser apoiado por esta metodologia deve-se ao facto de essa procurar aliar a investigação e a ação, dando relevo à participação das pessoas em todo o processo (Coutinho et al., 2009; Latorre, 2003; Lima, 2003). Pressupõe-se que, ao longo do tempo, o investigador se aventure a percorrer caminhos não antes trilhados, reconhecidos ou questionados e, para isso, é importante que todos os atores sociais consigam partilhar momentos em que o diálogo e a escuta ativa reinem (Latorre, 2003; Mendonça, 2002). Timóteo (2010, p.18) refere que são três os objetivos da metodologia de investigação-ação, nomeadamente: “capacitação, emancipação e mudança social”. A par disso, Coutinho e colegas (2009) referem que tal metodologia é capaz de unir

as partes envolvidas na investigação, colocando-as no mesmo eixo horizontal; favorece e implica o diálogo, enriquecendo o processo ao fazer emergir a verdade; desenvolve-se em ambientes de colaboração e partilha (...); valoriza a subjetividade ao ter sempre mais em conta as idiossincrasias dos sujeitos envolvidos (p.375)

A apropriação desta metodologia decorre de um processo progressivo, no qual a participação e implicação ativa de todos os sujeitos contribuirão para uma investigação que carecerá de uma reflexão crítica e sistemática, com o propósito de se atingirem os objetivos definidos e de se desenvolver um caminho cooperativo, organizado e responsável, baseado na sensibilização e na conscientização (Ander-Egg, 2000). A área social anda, pois, de mãos dadas com a investigação-ação participativa, sendo tudo o que acontece devidamente refletido, respeitando ambas a singularidade de todos os sujeitos e sendo dada a oportunidade de participação (Ortega, 1999). Esta abordagem metodológica, caracterizando-se por uma intervenção contínua, permite a construção do

conhecimento da realidade e proporciona a transformação na realidade social, dotando os atores sociais de competências, tornando-os os protagonistas do conhecimento, sendo os sujeitos, ao longo desse processo, apoiados pelo profissional investigador (Guerra, 2010). Neste campo, os protagonistas são encarados como potenciais agentes de mudança, tendo a capacidade de participar de forma responsável e ativa, agindo de forma progressivamente mais livre e autónoma, procurando soluções para as dificuldades que possam surgir no seu caminho (Pereira & Pessanha, 2014). Segundo Lima (2003), a investigação deve assumir-se como um processo de participação, devendo considerar-se a autonomia e a cooperação entre todos os envolvidos, pelo que exige um cariz colaborativo entre todos e permite que eles possam desenvolver novos significados sobre si, sobre os outros e sobre a sua realidade, de modo a abrir possibilidades para uma conscientização de si e do mundo (Coutinho et al., 2009; Guerra, 2010). Assim, ao longo do desenvolvimento deste Projeto, as pessoas foram vistas como sujeitos que têm uma voz, sendo integradas em todas as fases do processo, com o objetivo de se criar uma relação que propiciasse a mudança (Soares, 2006). Deve também considerar-se que a qualidade da ética da investigação, de acordo com Thomas e O’Kane (1998), é maior quando o caminho é orientado pelos atores sociais. Trazendo para a reflexão que “a vida em sociedade é o espaço da Educação Social” (Ortega, 1999, p.16), esse é também o espaço da investigação-ação participativa que se constitui como um espaço educativo que não se esgota na recolha de dados, mas que se ocupa de um projeto que envolve as pessoas, verificando-se o empoderamento dos sujeitos (Coutinho et al., 2009; Guerra, 2010; Lima, 2003).

1.3. AS TÉCNICAS DE RECOLHA DE DADOS

No decorrer do processo de construção permanente do conhecimento relativo ao contexto onde o Projeto foi desenvolvido, foram, ao longo do tempo, privilegiados alguns métodos e técnicas para conhecer, bem como para problematizar a realidade. Assim, guiando-nos pela metodologia já referida, foram mobilizados métodos e técnicas de natureza qualitativa. De acordo com

Almeida e Pinto (1990, p.78), as técnicas de investigação são “conjuntos de procedimentos bem definidos e transmissíveis, destinados a produzir certos resultados na recolha e tratamento da informação requerida (...)”. Recorrendo a Serrano (2008, p.50), a técnica “representa a maneira de se efectivar um propósito bem definido” e, para além disso, assinala “(...) a forma de agir efectivamente para alcançar uma meta” (Serrano, 2008, p.50).

A investigação, quando assume um carácter qualitativo, vai no sentido de explorar, descrever e compreender, de forma efetiva e aprofundada, determinada realidade pelas pessoas que nela vivem (Araújo, Cruz, & Almeida, 2010; Cembranos et al., 2007). Só desta forma será possível compreender com clareza os diversos fenómenos que, de outra forma, seriam de difícil alcance (Sampieri, Collado, & Lucio, 2006), uma vez que o método qualitativo oferece ao investigador um conhecimento da realidade ajustado à perspetiva dos participantes, considerando-os na sua totalidade (Silverman, 1997). Neste sentido, privilegiaram-se a análise documental, a observação participante e as conversas intencionais que possibilitaram uma maior aproximação à realidade e contribuíram para a construção de uma relação com as pessoas, dado que foi possível compreender e olhar de forma mais humana para o que elas sabiam, pensavam, sentiam e, ainda, averiguar o que desejavam que fosse transformado.

A análise documental consiste na pesquisa e consulta cuidada de documentos diversificados que se revelam significativos para uma maior compreensão da realidade em questão, constituindo-se, para o investigador, uma técnica vantajosa e elementar para a construção do conhecimento (Coutinho, 2013; Latorre, 2003). Segundo Hébert, Goyette e Boutin (1990), esta técnica facilita a triangulação da informação, sendo complementada com o cruzamento dos vários pontos de vista que possam existir, possibilitando, assim, um conhecimento mais rico, aprofundado e realista.

A observação participante foi outra das técnicas que contribuiu para a compreensão da realidade, sendo que a partir dela o investigador social observa e compreende o meio a partir de dentro e “(...) partilha da condição humana dos indivíduos que observa” (Hebert et al., 1990, pp.154-155). Assim, para além de observar, o investigador participa, faz parte do que é a realidade dos sujeitos, possibilitando a criação de interações. O investigador, gradativamente, vai “compreender um meio social que, à partida, lhe é estranho ou exterior e que lhe vai permitir integrar-se progressivamente nas actividades das pessoas que

nele vivem” (Hebert et al., 1990, pp.154-155). Coutinho (2013) sublinha que, para que o investigador se torne um interveniente ativo, é necessária a permanência no contexto durante um tempo considerável que permita a construção de uma aliança com as pessoas. A observação participante pauta-se, assim, por ser uma representação e uma visão mais fiel acerca da realidade, dado que, para além de contemplar, o investigador vive e envolve-se nas rotinas, auxiliando as pessoas (Latorre, 2003; Quivy & Campenhoudt, 2013).

No que concerne às conversas intencionais, estas devem focar-se na perspetiva dos sujeitos, sendo realizadas através do diálogo e da interação (Coutinho, 2013), emergindo como uma técnica de recolha de informação, de reflexão e de problematização da realidade. A “análise de conversações” baseia-se na compreensão daquilo que é expresso pelos indivíduos e, simultaneamente, espera-se que se crie uma relação de proximidade com eles, colaborando para que se sintam confiantes na partilha de perceções e sentimentos (Delgado & Gutiérrez, 1999, p.206).

Por fim, destaca-se a importância que os registos dos vários encontros podem assumir na co construção, na análise e na reflexão acerca da realidade social (Bogdan & Biklen, 1994). Bogdan e Biklen (1994, p.150) definem as notas de campo como um “relato escrito daquilo que o investigador ouve, vê, experiencia e pensa no decurso da recolha e reflectindo sobre os dados de um estudo qualitativo”, devendo as mesmas ser escritas e refletidas após a recolha de informação, incluindo contributos cruciais para a construção do conhecimento, bem como para a avaliação dos resultados (Bogdan & Biklen, 1994; Latorre, 2003).

As técnicas referidas, para além de facilitarem o conhecimento e análise da realidade (Coutinho et al., 2009), possibilitam que o processo de investigação e de intervenção se desenvolva, fruindo a passagem do “saber” para o “saber-fazer”, ao permitir a união da teoria à prática e à visão holística que é expectável na investigação-ação participativa (Coutinho, 2013; Coutinho et al., 2009). Ao longo de todo o caminho trilhado conjuntamente com os atores sociais, o investigador deve ter em consideração que será pertinente adotar uma postura de constante reflexão acerca de todo o trabalho que é construído, sendo para isso necessário ter a perceção do impacto de todas as suas decisões e escolhas. Tal reflexão aponta para a necessidade de existir uma avaliação contínua e permanente nos projetos em Educação e Intervenção Social (Guerra, 2010).

1.4. A AVALIAÇÃO DE PROJETOS EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL

A avaliação caracteriza-se por ser um conceito abrangente, subjetivo e contextualizado, podendo ser aplicado em vários contextos e realidades (Monteiro, 1996). Monteiro (1996) diz-nos que, na área da investigação e no desenvolvimento de projetos sociais, o conceito de avaliação assume-se como um “forte elemento prático, directamente relacionado com a apreciação dos resultados” (Monteiro, 1996, p.138). É possível constatar que, na literatura, é referido que a fase da avaliação, no caso dos projetos sociais, deve ser contínua, estando presente do início ao fim (Cembranos et al., 2007; Guerra, 2010; Serrano, 2008). Para Cembranos e colegas (2007, p.182), avaliar significa “recolher e analisar sistematicamente uma informação que nos permita determinar o valor e/ou mérito do que se faz”, o que contribuirá para a melhoria considerável de todo o processo, a fim de orientar o caminho para a mudança desejada (Capul & Lemay, 2003).

Sendo o projeto marcado por um processo que agrega a construção de conhecimento acerca da realidade, o desenho de um plano de ação, procurando antecipar, (re)orientar e “preparar bem o caminho” que se irá traçar (Serrano, 2008, p.16) e o desenvolvimento do mesmo, pressupõe que, tal como anteriormente já foi referido, a avaliação seja organizada, acompanhando todo esse processo. De acordo com Petrus (1998), o processo de avaliação contempla em si uma reflexão acerca dos processos, do impacte das ações desenvolvidas e sobre os resultados conseguidos. Assim, sabendo que a avaliação acontece de forma organizada, nos vários momentos, enlaçada na investigação e na ação, podemos destacar duas intenções que se revelam importantes ao longo do processo avaliativo. Se, por um lado, deve existir a melhoria do projeto, recorrendo aos resultados da avaliação para se incluírem as mudanças necessárias (Cembranos et al., 2007), por outro, há que implicar de forma ativa os atores sociais no momento da avaliação (Monteiro, 1996; Petrus, 1998). Tendo em consideração os princípios dos projetos em Educação e Intervenção Social, a avaliação, que se deseja participativa, deve ser incitadora de um processo de aprendizagem comum a todas as pessoas que estão envolvidas, constituindo-se como momentos de diálogo e de tomada de consciência

(Almeida, Boterf, & Nóvoa, 1996; Petrus, 1998). Importa olhar para este processo de avaliação como um lugar onde são criadas as condições para que os sujeitos aprofundem o seu conhecimento e a interpretação sobre a sua realidade (Almeida et al., 1996). Então, torna-se pertinente considerarmos o modelo de avaliação que mais se adequa quando nos apoiamos nos princípios e premissas de uma investigação-ação participativa. Assim, os processos de avaliação devem ser devidamente planificados e existem várias abordagens teóricas que propõem métodos avaliativos (Stufflebeam & Shinkfield, 1995). Contudo, centrar-nos-emos apenas num dos modelos de avaliação – o Modelo Contexto – Input – Processo – Produto (CIPP; Stufflebeam & Shinkfield, 1995), justificado pelo facto de o mesmo ter sido o escolhido para servir de referência à avaliação do Projeto aqui apresentado.

De acordo com este modelo, a avaliação decorre em quatro momentos considerados fundamentais, designadamente, a avaliação do contexto, a avaliação de entrada, a avaliação de processo e a avaliação de produto, sugerindo uma definição mais concreta de avaliação num projeto como um processo onde é permitido que exista um conhecimento fundamentado da realidade com quem dela faz parte, pela análise dos seus objetivos, da “sua planificação, da sua realização e do seu impacto” (Stufflebeam & Shinkfield, 1995, p.183). Tal ideia pauta-se pelo carácter sistemático da fase de avaliação, sendo esta vista como um processo que vai permitindo a participação ativa de todas as pessoas ao longo do desenvolvimento do projeto (Monteiro, 1996; Petrus, 1998; Stufflebeam & Shinkfield, 1995). Reportando-nos aos quatro momentos principais referidos por Stufflebeam e Shinkfield (1995), a avaliação do contexto baseia-se em “identificar as virtudes e defeitos de algum objeto, como uma instituição, um programa, uma população escolhida ou uma pessoa, e proporcionar um guia para o seu aperfeiçoamento” (Stufflebeam & Shinkfield, 1995, p.196). Nesta fase, recorrendo às várias técnicas de recolha de dados que tem ao seu dispor, o investigador identifica os problemas e as necessidades, bem como os recursos e as potencialidades da realidade social, conseguindo cruzar as diferentes informações partilhadas pelos sujeitos (Cembranos et al., 2007; Stufflebeam & Shinkfield, 1995). Na avaliação de entrada é realizada uma análise cuidada do desenho do projeto e procura-se “identificar e valorizar os métodos” mobilizados (Stufflebeam & Shinkfield, 1995, p.197). Assim, é nesta fase que o investigador olha para a realidade, refletindo e analisando-a, com o propósito

de se perceber a capacidade de êxito, eficácia e possível fracasso (Monteiro, 1996; Stuffebeam & Shinkfield, 1995). Quanto à avaliação de processo, Stuffebeam e Shinkfield (1995) referem que esta fase decorre durante o desenvolvimento do projeto, tendo o investigador a oportunidade de analisar a concretização das ações, possibilitando perceber se acontecem como planejado (Stuffebeam & Shinkfield, 1995). Ou seja, permite averiguar o grau de eficácia das diferentes ações e a possibilidade de ajustá-las àquilo que são os interesses e as motivações dos atores sociais (Guerra, 2010, Stuffebeam & Shinkfield, 1995). É de referir que, quando o projeto não se constitui de qualidade, quando não tem coerência e quando não satisfaz os sujeitos, indo ao encontro deles, esses fatores podem dificultar o nível de participação das pessoas (Stuffebeam & Shinkfield, 1995). Estamos perante a avaliação da eficácia, da coerência e da pertinência do projeto (Boutinet, 2002) e, tomando como verdade que, ao longo do tempo, podem vivenciar-se momentos de sucesso e insucesso, é pertinente que as pessoas envolvidas saibam valorizar as conquistas, encarando os sucessos como um “(...) elemento de...confiança e de motivação (...)” e os insucessos como “elemento de interrogação e de estimulação” (Boutinet, 2002, p.294). A avaliação de produto possibilita analisar e decifrar os resultados do projeto desenvolvido, concluindo-se se foram positivos ou negativos (Guerra, 2010; Stuffebeam & Shinkfield, 1995). Acima de tudo, trata-se de “averiguar até que ponto” o projeto “satisfez as necessidades do grupo” com quem se interveio de forma comprometida (Stuffebeam & Shinkfield, 1995, p.201), onde os efeitos a curto, médio e longo prazo são tidos em consideração (Stuffebeam & Shinkfield, 1995). É neste momento que se reflete sobre a possibilidade de continuidade do projeto, através das perspetivas dos seus participantes, interpretando o impacto que o mesmo teve na realidade em que foi desenvolvido e explora-se em que medida existiu “as mudanças que se tinham desejado e quais os resultados não esperados” (Guerra, 2010, p.197).

Em suma, este modelo de avaliação coopera para uma compreensão mais rica dos vários aspetos que constituem a realidade e permite perceber a relevância que as pessoas outorgam ao caminho que foi traçado (Petrus, 1998). Para além disso, este modelo, quando mobilizado em projetos deste âmbito, aponta para a presença de valores, como a participação e o empoderamento dos sujeitos, por meio de ações que os envolvam ao longo de todo o processo de avaliação que se revela como essencial (Assumpção & Campos, 2011).

2. INFLUÊNCIA DO ACOLHIMENTO RESIDENCIAL NO DESENVOLVIMENTO PESSOAL E SOCIAL DOS MENORES

Considerando que o Projeto foi desenvolvido numa Casa de Acolhimento Residencial (CAR), neste capítulo pretende-se construir uma base adequada e sustentada, permitindo um conhecimento mais profundo sobre a realidade do acolhimento residencial de menores, dando-se ênfase à sua influência no desenvolvimento dos indivíduos, à importância dos cuidadores e à forma como as figuras significativas podem fazer a diferença no desenvolvimento dos menores. Com este capítulo, pretende-se criar pontes para o que será apresentado nos capítulos seguintes, isto é, a percepção de jovens e de profissionais que vivenciavam a realidade do acolhimento residencial.

Primeiramente, importa, explorar a medida do acolhimento residencial, com o respetivo enquadramento legal. Em Portugal, o sistema atual de proteção à infância enraíza-se na Lei de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo (LPCJP) aprovada pela Lei 147/99, de 1 de setembro, com as alterações introduzidas pelas Leis 31/2003, de 22 de agosto, 142/2015 de 8 de setembro, 23/2017, de 23 de maio e 26/2018, de 5 de julho. A LPCJP tem por objetivo a promoção dos direitos e a proteção das crianças e jovens em perigo, por forma a garantir o seu bem-estar e desenvolvimento integral. Define, pois, o regime jurídico da intervenção social do Estado e da Comunidade na promoção e proteção dos direitos individuais, sociais, económicos e culturais das crianças e jovens (Ramião, 2017). Esta Lei resultou de uma reforma dos direitos dos menores, que passou pela construção de um novo modelo de intervenção, traduzindo-se numa alteração do enquadramento institucional relativo às crianças e jovens. Passa-se, então, a reconhecer aos menores direitos universalmente consagrados, nomeadamente pela “Convenção dos Direitos da Criança” (CDC) em 1990, permitindo distinguir, face à Lei, situações de perigo e de delinquência praticada por menores. Em Portugal, esta ampla mudança jurídica, no que diz respeito ao direito da criança, concretiza-se e a Lei estabelece princípios orientadores dessa intervenção que sublinham a priorização do interesse superior da criança, atendendo aos seus direitos, o respeito pela sua privacidade, uma intervenção

precoce, visando sempre que possível a promoção da responsabilidade parental. Respeitando o primado da continuidade das relações de afeto profundas que sejam estruturantes, significativas e de referência para a criança, preservando a continuidade da vinculação, a Lei assegura a prevalência da família, privilegiando as medidas em meio natural de vida e a (re)integração familiar. A LPCJP assume ainda, como princípios, a obrigatoriedade da informação (direito de os menores serem informados dos seus direitos, motivos da intervenção e da forma como esta se desenvolve), a audiência obrigatória e participação (direito a serem ouvidos e a participarem) e a subsidiariedade (a intervenção deve desenvolver-se de forma sequencial, pelas entidades no seio da comunidade, CPCJ, deixando o recurso aos tribunais reservado para última instância). Guerra (2016) afirma que a Lei consagra ainda um outro princípio, não previsto no seu texto literal, mas intuído no seu conteúdo, o princípio da interdisciplinaridade, uma vez que é valorizado o contributo articulado e conjuntos dos diferentes saberes para a intervenção na proteção à infância. Nos princípios orientadores da LPCJP vemos espelhado o mesmo paradigma da CDC, visto que estes princípios correspondem aos artigos fundamentais da convenção e traduzem uma nova conceção de proteção da criança sustentada no respeito pelos seus direitos e numa visão dos menores como cidadãos de pleno direito, mas com direitos específicos dadas as suas características próprias (Ramião, 2017). De acordo com a LPCJP, a intervenção para a promoção dos direitos ou proteção dos menores, sempre subordinada aos princípios, pode ser realizada pelas entidades com competência em matéria de infância e juventude, pelas CPCJ ou pelos Tribunais. A LPCJP preconiza que essa intervenção tem lugar quando a segurança, saúde, formação, educação ou desenvolvimento da criança estão em perigo, sendo os pais, ou os seus substitutos legais, os responsáveis por essa situação de perigo. Tais situações descritas na Lei, que consubstanciam perigo aos menores e legitimam uma intervenção, são: o abandono, os maus tratos físicos ou psicológicos, o abuso sexual, a falta de cuidados ou afeição, a entrega aos cuidados de terceiros, a sujeição a trabalhos inadequados para a sua idade, o estarem sujeitos a comportamentos que ponham em causa a sua segurança ou equilíbrio emocional ou quando os próprios menores se entregam a comportamentos que os podem prejudicar, sem oposição do adulto responsável por eles (art. 3, n.º 2 da lei 147/99 de 1 de setembro). As medidas de promoção e proteção que podem ser aplicadas pelos

tribunais ou CPCJ são: o apoio junto dos pais ou junto de outro familiar, a confiança a pessoa idónea, o apoio à autonomia de vida, o acolhimento familiar e o acolhimento residencial, sendo as duas últimas designadas como medidas de colocação e as restantes consideradas medidas a executar em meio natural de vida. O acolhimento residencial constitui, assim, uma das medidas de colocação extrafamiliar, de promoção dos direitos e proteção dos menores consagrados na LPCJP, que visa a retirada dos mesmos do seu contexto familiar de origem e a sua colocação aos cuidados de uma entidade que disponha de instalações e equipamento permanente e de uma equipa que lhes garanta os cuidados adequados às suas necessidades e lhes proporcione condições que permitam a sua educação, bem-estar e desenvolvimento integral (art. 1 da lei 147/99 de 1 de setembro). A entidade de acolhimento residencial deve dispor de condições que garantam a adequada satisfação de necessidades básicas, psicológicas, afetivas, relacionais e de socialização das crianças e jovens em acolhimento, respeitando e permitindo aos menores exercerem os seus direitos (art. 49 da lei 147/99 de 1 de setembro). Podemos referir que a evolução do conceito de criança e o gradual reconhecimento dos seus direitos têm contribuído para moldar a ideia de proteção infantil e os sistemas nacionais que procuram garantir a prevenção e a proteção dos menores face a situações de perigo, bem como a promoção dos seus direitos (Hamalainen, 2016).

O acolhimento residencial de menores deve ser compreendido como uma transição de vida motivada, em grande parte, pelos desafios que os cuidadores primários enfrentam, relacionados com a garantia das condições afetivas, sociais e económicas para o desenvolvimento saudável das crianças e jovens. Assim, a exposição continuada de menores a contextos marcados pelo abandono físico e emocional culmina com a colocação das crianças e adolescentes em instituição de acolhimento. De uma forma geral, o acolhimento residencial constitui-se como uma medida de carácter provisório que tem como objetivo promover o desenvolvimento de condições de acolhimento e de desenvolvimento para os menores (Munson & McMillen, 2009). Acabando as instituições por se tornarem a fonte de apoio social considerada mais acessível e organizada, é crucial que se coloquem em prática estratégias que tenham em conta as necessidades dos menores (Siqueira & Dell’Aglia, 2006). Na perspetiva de Carvalho (2002, citado por Siqueira & Dell’Aglia, 2006, p.71), as instituições não se constituem como um ambiente adequado para o desenvolvimento, dado

o “atendimento padronizado, o alto índice de criança por cuidador, a falta de atividades planejadas e a fragilidade das redes de apoio social e afetivo”. Paralelamente, Paolo (2013) alerta para o facto de nas instituições poder existir a privação de competências e estímulos, o que acaba por comprometer o desenvolvimento e as relações dos menores, expondo-os à rutura dos vínculos familiares e podendo conduzir a estados de isolamento. A situação de acolhimento poderá fragilizar, numa fase inicial, a rede de apoio dos menores, fruto da perda do sentido de pertença, sendo o sentimento de que se faz “parte de” crucial para o aumento da competência individual, para reforçar a autoestima dos menores e o sentido de se sentirem como sujeitos capazes (Siqueira & Dell’Aglio, 2006). É neste sentido que se torna pertinente refletir acerca do processo de acolhimento, uma vez que, quando os menores não se sentem aceites e compreendidos, acabam por procurar estratégias de defesa para evitarem o sofrimento, construindo barreiras afetivas, como, por exemplo, o silêncio, o afastamento e a expressão da agressividade (Mota & Matos, 2008).

Quando as crianças e os jovens vivenciam, em algum momento da sua vida, a realidade da institucionalização, esta acaba por fragilizar o seu desenvolvimento, podendo ter repercussões a vários níveis, nomeadamente: social, intelectual, físico e afetivo (Siqueira & Dell’Aglio, 2006). Strecht (2002) refere que poderá existir a perda de identidade, alertando que sentimentos de apatia, de solidão e de indiferença poderão surgir no período de adaptação, devendo essa fase inicial ter especial atenção por parte dos profissionais. Para além disso, a adaptação dos menores está relacionada com a qualidade do ambiente institucional, sendo que a promoção da participação dos mesmos é crucial (Strecht, 2002). Para Paolo (2013), a institucionalização apresenta aspetos negativos, como o sentimento de punição, uma vez que os menores tendem a sentir que estão a ser penalizados ao entrarem numa instituição, revelando sentimentos de incompreensão e de ambivalência. A diminuição da responsabilização parental é outro dos aspetos destacados, pois pode haver casos em que os pais se apercebem de que há alguém que cuida dos filhos, podendo existir posturas de acomodação (Paolo, 2013). Sobre esse assunto, de acordo com Alberto (2003), a instituição não pode estigmatizar a família, demitindo-a das suas responsabilidades parentais, funcionando como um mecanismo que promove a exclusão social. Pelo contrário, deve assumir uma função securizante, segura, de contenção dos receios e das angústias, assumindo

uma função de promoção do desenvolvimento social e de construção da identidade dos menores e das suas famílias. A discriminação, bem como a estigmatização social, são outros dos fatores considerados como negativos, visto os menores institucionalizados serem frequentemente expostos à rotulagem pela sociedade (Paolo, 2013). Moreno (1996) refere que os menores sentem pressão relativamente à procura da sua independência, referindo ainda que se as intervenções tiverem em consideração a realidade pessoal das crianças e jovens, melhor será a sua adaptação quando da desinstitucionalização. Todavia, outros investigadores consideram que a experiência institucional pode constituir-se como uma oportunidade e a melhor opção para determinadas crianças e adolescentes que vivenciam na sua vida experiências que dificultam o seu desenvolvimento integral. Esta perspetiva é reforçada por Martins e Szymanski (2003, citados por Santos, 2010), ao considerarem a instituição um espaço de interação que pode reforçar o sentido de entreajuda e estimular relações mútuas baseadas no respeito e na confiança. No mesmo sentido, Yunes, Miranda e Cuello (2004) afirmam que a institucionalização pode, ou não, influenciar o desenvolvimento, pois acaba por ser como uma balança, onde num dos pratos se encontram os fatores de risco que acabam por aumentar a vulnerabilidade do sujeito e, no outro prato, se encontram os fatores de proteção que potenciam a resiliência do sujeito. De acordo com Farromba (2013, citado por Eira, 2014, p.21), estas instituições são um ambiente ecológico de extrema importância para os menores, visto apresentarem-se como o lugar onde “realizam um grande número de atividades, funções e interações. É também um ambiente com potencial para o desenvolvimento de relações recíprocas, de equilíbrio de poder e de afeto”. Assim, apesar do afastamento dos menores da família poder ter efeitos negativos no desenvolvimento, quando o quotidiano familiar é invadido por momentos de conflitualidade e de negligência, o desenvolvimento dos menores também é afetado. Perante isso, o acolhimento residencial pode ser visto como um contexto promotor do desenvolvimento (Eira, 2014; Paolo, 2013). Não obstante, Martins (2005) alerta-nos para a importância de considerar que a colocação dos menores em contexto institucional deve ser entendida como uma oportunidade de desenvolvimento de capacidades e de criação de competências para eles, bem como para as suas famílias.

As particularidades das instituições dificultam muitas vezes a criação de um ambiente familiar, sendo que a questão da dimensão acaba por segregar um número elevado de menores que vivenciaram adversidades e privações ao longo do seu desenvolvimento; as instituições normalmente são mais fechadas, com um conjunto de regras rígidas, o que pode acabar por proporcionar menos oportunidades para a aquisição de competências, bem como para reforçar ou elogiar comportamentos positivos e progressos. Acresce ainda o facto de que os recursos humanos, na maioria das vezes, serem considerados insuficientes para garantirem um acompanhamento personalizado de cada criança ou adolescente (Silva, 2004, citado por Faria, Salgueiro, Trigo, & Alberto, 2008).

Ahrens, DuBois, Garrison, Spencer, Richardson e Lozano (2011) salientam que, no contexto de acolhimento residencial, as figuras significativas assumem uma importância extrema, uma vez que podem facilitar o processo de adaptação dos menores e por nessa realidade ocorrerem processos proximais que sustentam o desenvolvimento dos mesmos através das interações que estabelecem com os adultos e com os pares (Formosinho, Araújo, & Sousa, 2002). Como afirmam Collins, Spencer e Ward (2010), o mundo dos menores em acolhimento residencial torna-se mais restrito, passando a sua rede a ser constituída, maioritariamente, pelas pessoas que pertencem à instituição. De acordo com literatura sobre esta temática (e.g., Mota & Matos, 2008; Siqueira & Dell’Aglío, 2006), as crianças e os adolescentes parecem estar mais disponíveis para desenvolverem comportamentos de vinculação e para reorganizarem novas representações de vinculação quanto mais sentirem que o contexto de acolhimento lhes oferece segurança (Legault, Anawati, & Flynn, 2006). Pode afirmar-se que um ambiente de acolhimento residencial com figuras significativas que proporcionem segurança, incluindo o suporte afetivo, mas igualmente as regras e os limites, poderá criar a estabilidade necessária e promover uma adaptação que se deseja positiva (Siqueira & Dell’Aglío, 2006). Os menores desenvolvem relações com os profissionais que se constituem como figuras centrais, orientando-os e protegendo-os. Vários autores referem também que a convivência com outros menores, em situações idênticas, poderá ser vantajosa, constituindo-se como uma fonte de apoio recíproco e, consequentemente, um fator de proteção (Eira, 2014; Mota & Matos, 2008; Siqueira & Dell’Aglío, 2006). Depreau, Saint-Jacques, Lépine, Bégin e Bernard (2007), num estudo de carácter qualitativo com adolescentes em acolhimento

residencial, concluíram que a qualidade da relação com adultos significativos no processo de acolhimento parece contribuir para o desenvolvimento de jovens mais resilientes, evidenciando ainda os autores que os jovens considerados resilientes apresentam maiores sentimentos de valorização, afastamento do risco e percebem novas trajetórias de vida. É de referir que, a partir de relações de afeto, de empatia e de confiança, as instituições poderão amparar angústias, constituindo-se como espaços de resiliência. Sendo o conceito de resiliência relevante na adaptação à vivência institucional, e encontrando-se intimamente ligado à vinculação, pode ser descrito como um processo que permite aos indivíduos ultrapassarem os efeitos menos positivos da exposição ao risco, sugerindo um desenvolvimento de reorganização pessoal, evitando-se, dessa forma, percursos negativos associados ao risco (Luthar & Cicchetti, 2000). A resiliência, sendo compreendida como um processo relacionado com o contexto em que os seres humanos estão inseridos e que possibilita a superação de situações de crise e desafios, pode ser entendida como uma atitude mais positiva, isto é, a possibilidade de os menores construírem novos trilhos, reconquistarem o seu desenvolvimento, descobrindo o mundo e descobrindo-se (Garmezy, 1991). Se as instituições fizerem face aos fatores menos positivos, poderão constituir-se como uma boa alternativa, no que se refere ao “nível da integração num grupo e do desenvolvimento da autoestima” (Delgado, 2006, p.175). Segundo Delgado (2006), o acolhimento residencial apresenta algumas vantagens, como: possibilita aos menores a construção de relações afetivas com outros adultos; a integração num contexto mais organizado e que conta com pessoas capazes de responderem a determinadas problemáticas; facilita o contacto entre os menores e os cuidadores primários; representa um lugar mais adequado para determinadas intervenções de cariz educativo e terapêutico.

Eira (2014) e Paolo (2013) referem que a institucionalização pode ter um impacto positivo ou negativo, dependendo do contexto, da intervenção e das pessoas que fazem parte dele, uma vez que, além de considerarem que existem riscos e fragilidades associadas ao acolhimento residencial, também evidenciam que o mesmo pode apresentar potencialidades e que pode ser um caminho de oportunidades. Os autores mencionam que o impacto da institucionalização depende de uma pluralidade de fatores, incluindo a interpretação que os próprios menores lhe atribuem. Tomando como verdade que a permanência prolongada se pode constituir como uma forma de agressão para os menores, a

permanência dos mesmos em ambiente institucional deve limitar-se ao estritamente necessário (Eira, 2014; Paolo, 2013). A institucionalização, especialmente quando muito prolongada, pode dificultar a adaptação psicossocial dos menores, bem como dificultar o estabelecimento de vínculos afetivos (Siqueira & Dell’Aglia, 2006), sendo vários os estudos que defendem uma relação entre a integração precoce em instituições e o surgimento de perturbações de vinculação e de alterações ao nível social, comportamental e cognitivo (Pereira, 2008). No seu estudo intitulado “Avaliação da realidade de uma instituição de acolhimento de crianças e jovens em situação de risco”, realizado em Portugal, Pacheco (2010) foca algumas características comuns em crianças e em adolescentes que vivenciam o acolhimento institucional, referindo que geralmente são sujeitos com dificuldades ao nível da comunicação, impulsivos, não conseguindo refletir antes de agir, provocando muitas vezes conflitos, apresentando dificuldade na gestão dos mesmos, o que pode encontrar-se relacionado com a sua vulnerabilidade pessoal. No palco da intervenção psicossocial, se se apostar em momentos de reflexão e de partilha alicerçados em relações próximas e de confiança, os menores serão, progressivamente, mais capazes de pensar sobre si, sobre as suas atitudes para consigo, para com os outros e para com o mundo (Pacheco, 2010), investindo-se desta forma em processos de resiliência que permitirão aos menores procurarem novas motivações e entenderem quais as adaptações necessárias para seguirem o caminho. Não obstante, existem obstáculos que dificultam a promoção da resiliência com estes menores, uma vez que geralmente apresentam dificuldades na relação com o mundo e na abertura a laços de afeto com figuras alternativas, estando a baixa autoestima muito presente, demonstrando assim sentimentos de insegurança, encontrando-se estas dificuldades relacionadas com as experiências traumáticas que vivenciaram outrora. Diante disso, cabe aos cuidadores contrariarem os sentimentos de insegurança por parte dos menores, transformando-se em figuras de proteção e de carinho. Torna-se importante que os adultos consigam transmitir às crianças e aos adolescentes sentimentos de conforto e de esperança, tornando-se adultos de referência com quem eles sintam que podem refletir, dialogar e agir, com o intuito de os menores conseguirem, passo a passo, restabelecer a sua conexão com o mundo exterior, encontrando segurança interior (Strecht, 2002).

Embora o acolhimento residencial tenha como objetivo a criação de um ambiente o mais familiar possível, no qual os menores se sintam apoiados ao nível pessoal e emocional, e procure ser um apoio para os mesmos, esta medida de promoção dos direitos e de proteção tende a ser sentida por eles como um acontecimento indesejável, conduzindo, muitas vezes, a sentimentos negativos e representando para os menores, na maioria das vezes, o lugar onde “guardam-se os traumas, os medos, a ferida do abandono, as saudades dos pais (...), o desejo de viver na família que se perdeu ou nunca se teve” (Delgado, 2006, p.84). A forma como os menores são percebidos no interior e no exterior da instituição, tal como o papel dos cuidadores assumindo-se como figuras de referência e de vinculação para as crianças e adolescentes, revela-se crucial para que o ambiente institucional seja sentido como harmonioso e contentor para os que lá residem, vivem e crescem (Mota & Matos, 2008). Para Delgado (2006), o futuro do acolhimento em meio institucional deve passar pela valorização da participação e devem ser privilegiadas as instituições de regime aberto, beneficiando de intervenção de acordo com as características das crianças e dos adolescentes, assegurando-se o seu bem-estar. Para além disso, é ainda importante ter um olhar atento para compreender a vivência dos menores relacionada com as trajetórias emocionais descontínuas que se assumem como universos de histórias de vinculação inseguras, mas com possibilidade de mudança, pois, indo ao encontro de Bowlby (1988), crianças e adolescentes, que sentem e compreendem um apoio verdadeiro por parte dos cuidadores, poderão desenvolver padrões de adaptação mais favoráveis, podendo os processos de resiliência conduzir ao desenvolvimento de imagens mais positivas de si e dos outros, de modo a possibilitar uma sensação de bem-estar e de felicidade. Do mesmo modo, as crianças e os adolescentes institucionalizados, referidos por Strecht (2002) como os menores “que ninguém quer”, leva-nos a refletir sobre a importância das questões da separação, da perda e do sentimento de pertença como aspetos essenciais na intervenção com os mesmos. Para o autor, uma prestação de cuidados “suficientemente boa” traduz-se na criação de um meio facilitador para a criação de relações afetivas de qualidade (Strecht, 2002, p.78), considerando que a segurança e a contenção podem ser efetivamente a cura para as feridas do passado, fazendo com que os menores se sintam mais compreendidos, mais felizes e mais capazes para ser e estar no mundo.

3. A CASA DE ACOLHIMENTO RESIDENCIAL: CONSTRUINDO O CONHECIMENTO

A forma como entrámos na Casa de Acolhimento Residencial (CAR), procurando construir relações de proximidade com os diferentes atores sociais, marcou decisivamente tudo o que foi possível construir ao longo do tempo com as pessoas. O Projeto apresentado neste Relatório foi iniciado no final de outubro de 2018, através do contacto com a Dra. Inês, elemento da equipa técnica e responsável por orientar uma formação inicial, onde se procurou compreender vários aspetos desta realidade social. Numa fase inicial do processo de integração, foi privilegiada a leitura de legislação, nomeadamente a Lei de Promoção e Proteção de Crianças e Jovens em Perigo (Decreto-Lei n.º 147/99 de 1 de setembro [última versão Decreto-Lei n.º 26/2018, de 05/07]) que regula matérias importantes para a concretização da defesa dos direitos dos menores. Privilegiou-se também a consulta e análise de documentos institucionais, como o Regulamento Interno (2018), o Modelo Terapêutico de Intervenção (2018), o Plano de Atividades (2018) e os processos individuais das jovens acolhidas que, por sua vez, se constituíram como fundamentais para uma melhor compreensão da realidade.

Em novembro, iniciou-se uma interação mais regular com algumas das jovens institucionalizadas. Este processo de integração, dinâmico e contínuo, foi complementado pela observação participante em momentos, como: reuniões da equipa técnica (ET); reuniões de supervisão externa com a ET e com a equipa educativa (EE); “reuniões de pontos”; rotinas e dinâmicas dos profissionais; conversas entre as jovens e as diferentes equipas; interações entre as jovens. A relação foi sendo construída nos vários momentos do quotidiano, no sentido de criar as condições para que os atores sociais se envolvessem nas diferentes fases do desenvolvimento do Projeto. Foram estabelecidas conversas intencionais com todas as jovens acolhidas na CAR, com as seis profissionais que constituíam a ET, com 10 elementos da EE e com três dos profissionais que integravam a equipa de apoio (EA). O recurso a estas técnicas de recolha de dados e uma postura de compromisso permitiram-nos conhecer a CAR, bem como a perceção

dos diferentes sujeitos sobre a realidade, conhecimento este que, progressivamente, se tornou mais completo.

A instituição que tutelava esta resposta social era uma Associação de Intervenção Comunitária, Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), situada no norte de Portugal, tendo como valências uma CAR, um apartamento de autonomização e uma Rede Local de Intervenção Social. Segundo o Regulamento Interno, e de acordo com conversas intencionais estabelecidas com a ET, a CAR tinha a capacidade para acolher 20 jovens do sexo feminino com idades compreendidas entre os 12 e os 18 anos, sendo cinco vagas destinadas para todo o país e 15 especificamente para residentes no Distrito, sendo a gestão das vagas da responsabilidade da Unidade de Desenvolvimento – Núcleo de Infância e Juventude – Instituto da Segurança Social do Distrito, ao qual competia, de acordo com as solicitações, proceder à seleção das jovens para a CAR, cabendo aos Tribunais/Comissões de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ) a decisão relativa à efetiva concretização do acolhimento e inerente aplicação de medida de promoção e proteção (Regulamento Interno, 2018). A admissão das jovens, deveria, de acordo com as conversas intencionais desenvolvidas com a ET, atender aos critérios de admissão e exclusão que se encontravam definidos no Regulamento Interno da CAR.

No que concerne ao processo de acolhimento, através da leitura do Regulamento Interno (2018) e da observação participante, percebeu-se que, após parecer favorável das entidades competentes sobre a seleção da jovem para a CAR e a receção do respetivo dossier, elaborado pela entidade sinalizadora, era nomeada a técnica gestora de caso que servia de referência para a jovem, bem como para a sua família, e a quem incumbia: informar os restantes elementos da equipa, providenciar o “kit” de primeiras necessidades e ainda definir o espaço de alojamento inicial. Após isso, era agendada a data de admissão da jovem que era comunicada às restantes jovens. Acerca do processo de acolhimento inicial das jovens, a Diretora Técnica (DT) referiu que nesse, sempre que fosse possível, as jovens deveriam estar acompanhadas pela técnica que tinha efetuado o pedido de admissão e depois serem presentes às equipas técnica e educativa (Apêndice B, p.120). Através de conversas intencionais com os diferentes atores sociais, e do que foi possível observar, percebeu-se que os elementos de ambas as equipas eram os responsáveis por: familiarizar as jovens com as instalações da casa, através de visita orientada; assegurar a satisfação

das necessidades básicas das jovens; dar-lhes a informação completa e esclarecedora dos seus direitos e deveres, bem como apresentar-lhes o regulamento interno, disponibilizando-lhes uma síntese. Posteriormente, era construído o momento em que a jovem era apresentada ao grupo de pares e aos colaboradores. A DT referiu que, no que diz respeito à fase inicial do processo de acolhimento, era particularmente importante os profissionais respeitarem o estado emocional e ritmo das jovens, por forma a “garantir uma maior tranquilidade e adaptação nesta fase e evitar eventuais situações desestabilizadoras” (Apêndice B, p.120). Partindo de conversas intencionais com as jovens, foi possível constatar que o processo de acolhimento tinha representado um momento particularmente difícil para as mesmas, sendo destacados vários comportamentos e sentimentos associados à entrada para a instituição (Apêndice B, p.193, pp.197-198, p.205, p.210, p.215, p.221, p.224).

Com base na observação participante, a impressão mais imediata relativamente ao espaço relacionava-se com a separação física clara entre o lugar onde os profissionais da EA da área administrativa e as profissionais da ET realizavam o seu trabalho e o local onde as jovens vivenciavam o seu quotidiano. Partindo de conversas intencionais iniciais, da leitura atenta do Regulamento Interno e da observação participante, foi possível constatar que a CAR se encontrava dotada de infraestruturas adequadas ao acolhimento residencial a que se destinava. Possuía um “hall” de entrada e, ao lado direito, existia uma secretaria, uma sala de visitas, um gabinete de Psicologia, um gabinete da direção técnica, um gabinete da ET, uma sala de reuniões e uma sala de isolamento. Do lado esquerdo, no piso de cima, existiam uma sala da EE, uma sala de convívio, duas salas de aula, uma sala de computadores, quartos individuais, duplos e triplos, e casas de banho. No piso inferior existiam também quartos individuais, duplos e triplos, uma sala destinada ao armazenamento de medicação, uma lavandaria, um espaço lúdico designado “ala azul”, um refeitório e casas de banho. No exterior existia um grande pátio e um espaço desportivo. As conversas intencionais estabelecidas com a ET mostraram que cuidar do exterior era uma preocupação, tendo sido unânimes em considerar que o facto de terem cuidado com as instalações da casa, como referiu a Dra. Rita, se constituía como um “fator reconfortante” para as jovens e uma “agradável surpresa” para os adultos (Apêndice B, p.153).

As atividades diárias na CAR eram rígidas e previsíveis, encontrando-se afixadas em lugar visível, tanto para as jovens como para a EE. No horário, constata-se a descrição pormenorizada e o tempo destinado às diferentes atividades de participação obrigatória. Para além dos documentos institucionais já mencionados, existia também o plano de atividades que era desenvolvido pela EE, principalmente por três profissionais, mais responsáveis pela sua elaboração e, em diálogo com os mesmos, percebeu-se que procediam à introdução de atividades com objetivos muito específicos em áreas de desenvolvimento nas quais consideravam que as jovens apresentavam mais dificuldade. Embora nos documentos institucionais estivesse definido que essa função deveria ser realizada e pensada em conjunto, visando responder aos interesses e bem-estar das jovens, as jovens expressavam que as atividades não tinham interesse para elas e que, por esse motivo, revelavam desinteresse e desmotivação (Apêndice B, p.197, pp.198-199, p.203, p.207, p.211, p.216, p.219).

3.1. AS JOVENS ACOLHIDAS

Como já foi referido, a CAR tinha a capacidade para acolher 20 jovens do sexo feminino. Contudo, durante a nossa permanência no contexto, a CAR acolhia apenas 17 jovens. As jovens tinham idades compreendidas entre os 15 e os 18 anos e a maioria delas era proveniente da zona norte de Portugal (15), sendo uma minoria proveniente da zona centro (2). Relativamente à escolaridade, a maioria das jovens (15) frequentava o curso Educação e Formação de Adultos (EFA) – B3, com equivalência ao 9.º ano de escolaridade, que decorria nas instalações da instituição, existindo apenas quatro jovens que frequentavam aulas no exterior (Apêndice A, pp.94-100). O curso EFA, como explicou a Dra. Inês, era lecionado em parceria com um Agrupamento de Escolas da zona que destacava um grupo de professores que se deslocavam diariamente até à instituição – “são professores escolhidos a dedo, professores de referência que aceitaram isto como um desafio mais pessoal do que profissional (...). Eles fazem isto por missão e fazem-no por gosto e isso faz a diferença e é muito importante” (Apêndice B, p.103). A intervenção educativa

no âmbito escolar deveria ter em consideração a formação global das jovens, nomeadamente, no que dizia respeito ao processo de acolhimento, à discussão bem como à explicitação das regras institucionais como instrumentos de trabalho, à formação no âmbito das competências sociais, à formação das jovens para a cidadania e educação para os valores, à abordagem de temas que prosseguissem objetivos relacionados com “as doenças sexualmente transmissíveis, o tabagismo, a toxicodependência, a gestão dos afetos, a dinâmica de grupos, as relações interpessoais e as vantagens do internamento na instituição” (Modelo Terapêutico de Intervenção, 2018, p.22). Contudo, na voz das jovens, muitos desses aspetos não eram trabalhados e as mesmas revelavam alguma revolta quando se pronunciavam sobre esse assunto, evidenciando que havia questões particularmente relacionadas com as competências pessoais e sociais que deveriam ser trabalhadas (Apêndice B, p.213, p.217, p.220). Como sublinhou a Dra. Inês, a maior parte das jovens tinha percursos escolares muito inconsistentes, acrescentando que as mesmas tinham tido “azar na sua relação com a escola, não tiveram um professor especial que as salvasse, mas podem ter e deviam ter tido” (...) “podem não ter tido simplesmente porque as pessoas não estavam disponíveis, mas a realidade é que quando entram aqui na escola, mudam a relação com a escola (...) elas são capazes e elas valorizam a escola, se tiverem ao lado delas alguém que seja capaz de as valorizar também” (Anexo B, pp.113-114). Neste sentido, de uma forma geral, as jovens apoiando-se nas memórias que tinham da escola, foram unânimes em considerar que a sua relação com a escola foi mudando, referindo que gostavam da escola e caracterizaram como boa a relação que tinham desenvolvido com os professores (Apêndice B, p.193, p.194, p.197, p.202, pp.210-211, p.225, p.229). Não obstante, as jovens não apresentaram relutância em falar dos aspetos menos positivos e reconheceram a existência de alguns conflitos dentro da sala de aula, referindo-se, especialmente, às relações entre elas (Apêndice B, pp. 194-195). Em diálogo com os profissionais, percebeu-se que a dimensão escolar era uma das que os adultos mais valorizavam, chegando a partilhar que havia evoluções significativas que, na opinião deles, derivavam da valorização da escola dentro da casa (Apêndice B, p.103, p.134, p.146).

Os motivos da institucionalização das jovens eram vários e distintos. Os principais motivos prendiam-se com: as condutas desviantes; as fugas constantes de casa, de instituições e das escolas; as atitudes parentais

inconsistentes, rígidas ou permissivas; a exposição a maus tratos físicos e psicológicos; o absentismo e abandono escolar; o gosto em correr perigos e os comportamentos impulsivos e de agressividade por parte das jovens. São de notar ainda outros motivos, como os comportamentos desafiantes e de oposição graves, a pertença a grupos de pares com comportamentos delinquentes, os furtos, a negligência por parte dos cuidadores, nomeadamente, falta de supervisão e de acompanhamento familiar, a exposição a modelos parentais delinquentes, a orfandade, as ameaças e intimidação aos outros, o abandono e o abuso sexual (Apêndice A, pp.94-100).

Tal como previsto no Regulamento Interno (2018, p.24), as jovens eram envolvidas no seu processo de institucionalização, participando ativamente nas decisões que lhes diziam respeito, tendo assegurado o direito de “ter um projeto de vida e participar na sua definição e concretização, de acordo com o seu perfil, maturidade e capacidade”. Assim, através da observação participante, constatou-se que as jovens conversavam, com alguma regularidade, com as suas técnicas gestoras de caso, procurando-as para falarem sobre assuntos pessoais, sendo assegurada a confidencialidade dos assuntos e procedimentos relacionados com as suas situações pessoais. Além disso, quando as profissionais tinham de elaborar e enviar os relatórios intercalares, as jovens eram chamadas e a avaliação atribuída era analisada entre a jovem e a técnica gestora do processo. Evidencia-se ainda que avaliavam periodicamente a perceção das jovens, da família e dos colaboradores quanto ao funcionamento e organização da instituição.

O tempo médio de acolhimento na CAR variava entre os 14 e os 19 meses. Contudo, cada situação era singular e a Neuza, por exemplo, era a jovem que se encontrava havia mais tempo na CAR, estando institucionalizada desde abril de 2013, ou seja, desde que a instituição tinha aberto as suas portas, e a Fred era a jovem que se encontrava havia menos tempo na CAR, estando institucionalizada desde fevereiro de 2019.

No que se refere aos projetos de vida dos menores, e de acordo com Instituto da Segurança Social (ISS, 2003), é importante que haja interesse e cuidado com a sua definição e concretização, sendo que atualmente se dedica mais atenção a esse aspeto, começando a ter mais valor para quem vive de uma forma ou outra a realidade dos acolhimentos residenciais. Tendo em vista uma “desinstitucionalização segura” das jovens, o projeto de vida das mesmas deve

ser pensado, implicando nesse processo, e sempre que possível, as jovens acolhidas e os seus familiares (ISS, 2003). Assim, cruzando olhares e informações, constatava-se que os projetos de vida das jovens passavam pela reintegração familiar (nove casos), a autonomia de vida (cinco casos) e, por fim, o acolhimento permanente (dois casos) (Apêndice A, pp.94-100). Existia apenas uma jovem que ainda não tinha projeto de vida delineado, uma vez que, tal como a legislação prevê, só após meio ano de institucionalização o deveriam ter. Nesse caso específico, estavam a ser criadas as condições necessárias para um acompanhamento organizado e constante com o objetivo de se conseguir a resposta que mais se adequava à jovem (ISS, 2003, p.105). As medidas aplicadas às jovens eram revistas quando o prazo determinado no acordo findava e, em nenhum dos casos, se prolongava mais que meio ano (Decreto-Lei 26/2018, de 5 de julho, artigo 62.º). Ao tribunal cabem as revisões das medidas que pode determinar a cessação da medida, a sua substituição por uma lhe que pareça mais adequada ou, ainda, a sua manutenção, prolongando o prazo para além daquele previamente estabelecido (Decreto-Lei 26/2018, de 5 de julho, artigo 62.º). Como é sabido, sempre que possível, é desejável que as jovens (re)integrem o seu meio natural de vida, se forem criadas as condições necessárias por parte dos cuidadores. Neste sentido, e tendo em conta o apurado junto da DT, as alterações nos meios naturais de vida eram fundamentais para o sucesso da intervenção com as jovens, pois, por um lado, “potenciam a alteração da conceção interna e dos sentimentos que as jovens têm relativamente à sua família” e, por outro, “possibilitam uma eventual integração futura no seu meio natural de vida” (Apêndice B, p.126). No entanto, a Dra. Inês realçou que “é muito importante trabalhar com a família, mas é muito difícil (...) porque elas tendem a ser resistentes e tendem a já ter passado por vários doutores até cá chegarem” (Apêndice B, pp.111-112). Efetivamente, os profissionais tinham a consciência de que havia falhas na intervenção com as famílias e que, de algum modo, eles também eram os responsáveis por isso, evidenciando que não era fácil aceitar que alguns pais não cooperavam, pelo menos da maneira que desejavam. Já a Dra. Inês realçou que, por um lado, havia “muita gente a intervir com as famílias, mas de maneira pouco significativa para elas”, referindo que as famílias, normalmente, aceitavam bem as orientações vindas da parte deles, principalmente da EE, pois conviviam com as filhas deles (Apêndice B, p.113).

Na opinião dos profissionais, de um modo geral, as jovens apresentavam desafios específicos devido às suas experiências de vida, eram únicas, requeriam muita atenção e competências, mas com muitas potencialidades e capacidades, sendo consensual a ideia de que a relação que eles construíam com elas era um dos aspetos essenciais para a sua estabilidade (Apêndice B, p.102, pp.109-110, p.124, pp.134-135, p.142, pp.145-146, p.162, pp.170-171, pp.173-174, p.176, pp.180-181, p.184). De um modo geral, quando questionadas sobre aquilo com que não concordavam e o que desejariam mudar, as jovens salientaram as avaliações finais da semana, as regras, os comportamentos e as relações menos positivas entre elas, a falta de higiene e cuidado pessoal por parte delas, a baixa autoestima e falta de confiança e o facto de não terem espaço onde discutissem sobre variadas situações (Apêndice B, p.193, p.195, p.197, p.199, p.201, p.203, p.211, p.213, pp.217-218, p.220, p.222, p.226, pp.229-230). Em conversa com os profissionais, percebemos que, em geral, todos reconheciam a importância das regras para o desenvolvimento das jovens. Todavia, alguns não concordavam com a forma como eram realizadas as avaliações. Aspetos, como as relações menos positivas entre as jovens, o facto de serem jovens com pouca capacidade crítica, com baixa autoestima, que revelavam não ter cuidado consigo próprias, eram apontados como menos positivos. No que concerne às relações entre as jovens, todos os atores sociais identificaram, de forma unânime, esta questão com um ponto frágil, no sentido em que, apesar do esforço no sentido de desenvolver as competências pessoais e sociais, este não era considerado suficiente. Pelas conversas intencionais estabelecidas, as relações entre elas eram vistas como inconstantes, conflituosas, imprevisíveis, desrespeitosas, competitivas e manipuladoras (Apêndice B, p.146, p.162, p.167, p.181, p.184), sendo que, como referiu a Ed. Ribeiro, “na maior parte das vezes não sabem estar nas relações porque nunca souberam o que era ouvir os outros e aceitá-los, o que por vezes gera comportamentos maus” (Apêndice B, p.184). De acordo com a Dra. Carminho, as jovens eram um pouco conflituosas e por vezes surgiam conflitos “desnecessários e que poderiam ser evitados...era uma questão de estarem mais dispostas a ouvirem-se com mais atenção...estarem mais disponíveis para se tentarem colocar na pele umas das outras” (Apêndice B, p.135). Relativamente à opinião das jovens sobre si próprias e sobre as suas relações, salientaram que eram inconstantes, impacientes, despreocupadas, estranhas, complicadas e desrespeitosas (Apêndice B, p.198, p.202, p.210). A

Bandeirinha Júnior referiu que as relações entre elas eram “caracterizadas de muita coisa. De amor, ódio, amizade e carinho” (Apêndice B, p.196). A Fred referiu que “sinto que aqui não tenho amigas. São apenas pessoas que dividem a casa comigo neste momento... isolo-me algumas vezes, porque elas não se identificam comigo e da minha parte eu não confio nelas” (Apêndice B, p.201), sendo este sentimento relacionado com a falta de confiança partilhado por outras jovens.

Sobre a relação das jovens com os profissionais, as jovens referiram a dificuldade inicial em relacionarem-se com os diferentes profissionais, destacando-se, pelos discursos das jovens, o aspeto gradual dessas mesmas relações (Apêndice B, p.202, p.206, p.210). Referiram que, em geral, davam-se bem com todos e gostavam do facto de eles serem todos diferentes. Não obstante, consideravam ter mais afinidade com uns do que com outros, encontrando, assim, modelos de referência (Apêndice B, p.193-194, p.196, p.198, p.204, p.206, p.228). Para além disso, reconheciam sentir que os profissionais, referindo-se principalmente aos da EE, se esqueciam de valorizar as suas características, capacidades e bons comportamentos (Apêndice B, p.193, p.196, p.221, p.), tendo os profissionais reconhecido que tal situação acontecia (Apêndice B, pp.157-189).

Os gostos pessoais das jovens eram diversos e podemos referir alguns, como: a música, a dança, estar com amigos, ver filmes e séries, o desporto, as tatuagens, estar na praia, estar com a família, entre outros. É de referir que se evidenciava a fotografia como um gosto comum a todas as jovens. Em relação às perspetivas para o futuro, tendo em conta as conversas intencionais estabelecidas, todas desejavam sair da CAR, embora algumas reconhecessem que essa hipótese ainda era longínqua. Algumas afirmavam que já tinham aprendido tudo o que precisavam, afirmando já estar “saturadas” de viver na instituição, porque estavam aí havia muitos anos e queriam voltar para os seus ou porque sentiam falta de liberdade. Algumas perspetivavam regressar a casa e outras salientavam que isso não era opção, referindo quererem tornar-se autónomas porque sabiam que isso não era possível por não terem retaguarda familiar ou porque perspetivavam ir viver sozinhas, por considerarem o melhor para si (Apêndice B, p.197, p.209, p.218, p.223). Relativamente ao trabalho, algumas das jovens falaram abertamente sobre o que gostariam de fazer, enquanto outras sentiam-se perdidas e sem grandes ambições (Apêndice

B, p. 200, p.203, p.218). Para finalizar, a experiência na CAR era vista e sentida pelas jovens de forma diferente, tendo as mesmas, ao longo das conversas intencionais estabelecidas, trazido várias expressões para definirem o que representava para elas estar na casa, bem como para transmitirem como vivenciavam o processo de institucionalização, podendo ser lembradas algumas expressões, como: “esta casa significa tipo uma prisão para mim, mas uma prisão que me tem feito aprender e a crescer muito” (Apêndice B, p.193); “família” (Apêndice B, p.197); “caminho longo” (Apêndice B, p.202); “para mim esta casa, acima de tudo, é uma casa de relações... boas, más e desafiantes. Estas paredes são uma casa, onde eu tenho aprendido muito sobre mim e sobre os outros” (Apêndice B, p.218).

3.2. AS EQUIPAS DE PROFISSIONAIS

De acordo com o previsto na lei referente aos recursos humanos, é necessário que nestas instituições os recursos humanos estejam “organizados em equipas articuladas entre si (...)”, sendo elas a ET, a EE e a EA (Decreto-Lei 26/2018, de 5 de julho, artigo 54.º, p.7205). Assim, nos documentos oficiais da instituição, encontrava-se disponível o organograma da CAR, através do qual se percebeu a constituição, organização, bem como as funções da equipa de profissionais que diariamente desenvolviam um trabalho com as jovens. A instituição contava com 29 colaboradores distribuídos pelas diferentes equipas: ET (seis), EE (14) e EA (nove).

Segundo o Decreto-Lei 26/2018, de 5 de julho, artigo 54.º, a equipa técnica deve ser pluridisciplinar, integrando pessoas licenciadas na área do trabalho social, sendo o DT membro integrante desta equipa. A ET da CAR era constituída por seis profissionais com formação superior na área social, sendo que uma desempenhava o papel de DT, duas eram psicólogas e três educadoras sociais. Pelo que se pôde constatar no Regulamento Interno (2018), e através da conversa intencional com a DT, a essa profissional cabia a responsabilidade de coordenar e dirigir a CAR em articulação e sob orientação da direção (Apêndice B, pp.117-118). A função principal da ET consistia em apoiar, orientar e

supervisionar o processo de promoção e proteção de cada jovem, em articulação com a sua família e meio social (Apêndice B, p.128, p.149-150). A ET considerava-se coesa, com objetivos comuns, assumindo a importância do trabalho em equipa. A Dra. Carminho salientou que “é uma equipa que integra pessoas muito diferentes (...), no geral damos-nos todas bem e, tendo objetivos comuns, compreendemos que a partilha realizada com regularidade ajuda-nos muito” (Apêndice B, p.129). Paralelamente, a Dra. Margarida e a Dra. Laura referiram que consideravam a equipa coesa, tendo a primeira profissional salientado a importância do sentimento de confiança nas colegas e a segunda reforçou que “todas nós nos ajudamos mutuamente nesta tarefa do cuidar” (Apêndice B, p.143). A Dra. Rita acrescentou que considerava a ET “bastante profissional e reconhece a importância de um bom ambiente” e referiu que era uma equipa que “acredita muito no que faz e acredita muito nas jovens e nos diferentes profissionais” (Apêndice B, p.150). Ao longo das conversas intencionais, foi perceptível que, à exceção da DT e da Dra. Rita, os restantes elementos da ET assumiam a função de técnicas gestoras de caso, podendo acompanhar mais do que cinco jovens em simultâneo (Apêndice B, p.128, p.138). Cada uma apresentava-se como “representante legal das jovens” que acompanhavam, reconheciam ter um papel muito próximo das jovens, servindo como modelo de referência (Apêndice B, p.140, p.154). Era da competência das gestoras de caso receber as jovens na casa e dar conta da sua integração. Além disso, eram responsáveis por realizar as visitas domiciliárias, por acompanharem as jovens a consultas médicas, audiências de tribunal, reuniões escolares, bem como efetuar contactos e as devidas diligências com as famílias e com as outras entidades (Apêndice B, p.128, p.138, p.). Através da observação participante, constatou-se que os elementos dessa equipa se reuniam muitas vezes para discutirem diversas situações e, como reforçou a Dra. Laura, tendo as restantes profissionais concordado, o facto de os gabinetes serem próximos facilitava a comunicação, a partilha, fomentando o apoio umas das outras na tomada de decisões (Apêndice B, p.143).

Estando nós envolvidas de forma ativa e comprometida no quotidiano deste contexto, era possível verificar a proximidade entre as jovens e as profissionais da ET, sendo que todas, de maneiras diferentes, procuravam-nas para terem atenção, carinho e para dialogarem com elas. Também era possível verificar que, em alguns momentos, algumas jovens só procuravam a ET quando

necessitavam de autorizações para saídas. As profissionais da ET aludiam que, enquanto equipa, tentavam funcionar de forma próxima a um modelo familiar, reconhecendo ter a consciência de que isso não acontecia de forma total ou tanto como elas desejariam e, apesar dos inúmeros e diversos desafios com que se deparavam diariamente, expressavam que se esforçavam e que eram persistentes, não estando na sua natureza desistir e reforçando que acreditavam muito nas jovens (Apêndice B, p.102, p.129, p.145, pp.153-154).

De acordo com a Dra. Inês, a ET reunia-se com um técnico exterior (psicólogo) para supervisão externa. Esta supervisão, financiada pela Segurança Social, não era vista como uma obrigação, sendo antes encarada como orientação para o caminho a seguir (Apêndice B, p.115). Estas reuniões aconteciam com uma frequência de oito horas mensais, tendo como principal objetivo a reflexão acerca das práticas mobilizadas, o impacto e sucesso das mesmas junto das jovens, assim como a procura de estratégias de intervenção mais ajustadas à realidade do grupo que se encontrava acolhido na casa e, em particular, de cada jovem. Estas reuniões, na opinião da ET, eram muito importantes, pois, para além de trazerem um olhar externo, conseguiam que estivessem juntos a discutir sobre a forma como atuavam (Apêndice B, p.127, p.130, p.145). Tendo por base a perspetiva de Franco (2007), apoiando-nos no que observámos ao longo do tempo e tendo por base as conversas intencionais estabelecidas com a ET, considera-se que predominavam características que a faziam aproximar-se do modelo de funcionamento interdisciplinar, considerando-se que cada uma das profissionais desempenhava as suas funções em cooperação com as restantes, todas conhecendo as jovens e as pessoas mais significativas para elas. Efetivamente, cada técnica tomava as decisões finais referentes às jovens por quem estava responsável, mas anteriormente refletidas em conjunto, dando-se, assim, valor à opinião umas das outras, enaltecendo o sentido de equipa. Além disso, na equipa existia ajuda entre os seus membros e a partilha de informações era considerada basilar, salientando-se, de forma continuada, as interações existentes entre todos os envolvidos (Franco, 2007).

Segundo o Decreto-Lei 26/2018, de 5 de julho, artigo 54.º (p.7205), a equipa educativa deve integrar, preferentemente, profissionais que tenham formação específica “para as funções de acompanhamento socioeducativo das crianças e jovens acolhidos” e profissionais ligados à “(...) profissão de auxiliar de ação educativa e de cuidados de crianças”. Através da observação participante e

tendo em conta as conversas intencionais estabelecidas com os diferentes atores sociais, foi possível constatar que a EE contava com 14 elementos, sendo oito do género feminino e seis do género masculino. Faziam também parte desta equipa, psicólogos/as, educadores/as e educadores/as sociais, pelo que, a maior parte dos profissionais da EE tinha formação superior. As principais funções dessa equipa prendiam-se com o acompanhamento das jovens nas suas rotinas diárias, assumindo-se como elementos de proximidade na relação que estabeleciam com as mesmas. Na opinião da ET, essa era a equipa de “primeira linha”, pois tinha um contacto mais direto com as jovens (Apêndice B, p.130, p.144, p.151). Os educadores consideravam-se modelos de referência para as jovens e procuravam desenvolver as competências das mesmas, ao nível da gestão doméstica, monetária, de horários e de integração no mercado de trabalho. Além disso, estimulavam-nas a administrarem e a conservarem os seus objetos pessoais. Entre outras funções, registavam diariamente, no livro de ocorrências, todos os aspetos referentes à vivência na CAR que consideravam pertinentes. Eram responsáveis por incutirem nas jovens todas as regras da casa, acompanhando-as em todas as tarefas e eram os principais mediadores na gestão de conflitos. Em conversas intencionais com a EE, conseguimos perceber que tinham a perceção de que a equipa era heterogénea, com objetivos comuns, mas que por vezes era difícil “remarem todos para o mesmo lado” (Apêndice B, pp.157-158, pp.169-170, p.175). Os educadores Filipe e Lucas, bem como a educadora Sofia, mencionaram que essa dificuldade poderia estar relacionada com o facto de existirem constantes entradas e saídas de profissionais, o que, por vezes, conferia instabilidade ao funcionamento da equipa, o que acabava por ser prejudicial para o trabalho que se comprometiam a realizar com as jovens (Apêndice B, pp.169-170, p.175). Contudo, os profissionais da EE e da ET acreditavam que o facto de serem todos diferentes era enriquecedor para o trabalho que desenvolviam com as jovens acolhidas (Apêndice B, pp.158-159, p.). Por vezes, as jovens perpetuavam momentos de agressividade entre elas e entre elas e os profissionais. Na opinião das equipas era importante continuar a ter disponibilidade para estar com elas, independentemente desses momentos menos positivos (Apêndice B, p.110, p.157). No entanto, reconheciam que, por vezes, se focavam muito nas consequências, não valorizando as jovens (Apêndice B, p.163, p.171, pp.174-175, pp.176-178).

Em conversas intencionais com os profissionais da EE, tentámos perceber o que significava para eles ser educador neste contexto. Assim, foram formulando palavras que representassem o que era para cada um ser cuidador, bem como palavras ou expressões que expressassem o que consideravam ser importante para desempenharem este trabalho no dia a dia, fundamentando a escolha das palavras. Assim, surgiram expressões, como: “referência” (Apêndice B, pp.166-167); “desafio diário” (Apêndice B, p.169); “saco de boxe” (Apêndice B, pp.172-173); “aprendizagem” (Apêndice B, p.175); “capacitação” (Apêndice B, p.178); “desafiante” (Apêndice B, p.179); “acreditar” (Apêndice B, pp.182-183); “intervenção e construção” (Apêndice B, pp.185-186); “almofada” (Apêndice B, p.188); “tutor” (Apêndice B, p.189).

Relativamente às relações entre as equipas, pelo que se pôde observar, a maioria dos educadores tinha alguma proximidade com a ET, recorrendo a esta última diversas vezes para a partilha, discussão e reflexão sobre situações. Também por parte da ET sentia-se que existia um sentimento de valorização dos colegas e, muitas vezes, a ET procurava saber informações da EE, demonstrando que valorizava as suas ideias, opiniões e sentimentos (Apêndice B, pp.130-131, p.141, p.145). De referir que se notava que, aparentemente, a EE tinha à vontade para conversar com a ET. Contudo, vários elementos da EE expressaram a vontade de existir uma maior articulação entre as equipas, apontando que existiam alguns aspetos menos positivos que faziam com que essa articulação fosse dificultada, nomeadamente: a falta de comunicação, a diferença e a rotatividade de horários dos diferentes profissionais (Apêndice B, p.167, pp.169-170, p.173, p.175). Os profissionais da EE, realizando o seu trabalho por turnos, tinham que passar todas as informações, que considerassem pertinentes, aos turnos seguintes. Porém, na perspetiva dos profissionais, muitos colegas não transmitiam tudo o que se tinha vivenciado, o que, no parecer deles dificultava, muitas vezes, a sua integração no turno de trabalho, dificultando a intervenção com as jovens. Com o intuito de facilitar essa comunicação, tinha sido definido que em cada turno haveria um responsável da EE, designado, de forma rotativa, de entre todos os elementos que compunham a equipa. Através da observação participante, percebeu-se que essa pessoa, além de ter as funções inerentes à EE, era também incumbida, no seu turno, de coordenar todos os educadores ao serviço e de tomar decisões partilhadas relacionadas com o bom funcionamento do turno. Além disso, o

responsável de turno era também responsável por fazer a transição de turno de forma eficiente e eficaz, tentando assegurar-se a transmissão e partilha de toda a informação significativa. As reuniões de equipa e a supervisão externa permitiam, segundo a Ed. Cláudia, “...conseguirmos aperfeiçoar os ritmos, caminharmos e orientarmo-nos todos para o mesmo sentido” (Apêndice B, p.163), sendo a importância desses momentos reconhecida também pelos restantes elementos da EE (Apêndice B, p.177, p.180, p.189).

Na opinião da EE as jovens tendiam a desafiar mais a EE do que a ET e, embora sentissem que as jovens tinham respeito por eles, muitas vezes as relações vacilavam entre o respeito e o testar limites (Apêndice B, p.180). No entanto, de forma geral, no que diz respeito à relação entre as equipas e as jovens, os profissionais consideravam que era de proximidade e favorável, o que era importante para o desenvolvimento das intervenções, mas não escondiam que as relações eram singulares e inconstantes, trazendo a sua perceção sobre o que realmente sentiam serem as principais dificuldades sobre esse assunto (Apêndice B, p. 134, pp.158-160, p.170, p.180, pp.183-184).

De acordo com o Decreto-Lei 26/2018, de 5 de julho, artigo 54.º, a equipa de apoio deve incluir profissionais ligados a serviços gerais. A EA da CAR era constituída por nove colaboradores, com funções distintas: pessoal administrativo/financeiro (dois), cozinheiras (duas), ajudante de cozinha (uma), auxiliares de serviços gerais (três) e guarda rondista (um). Esta equipa, assim como o trabalho que realizava, era bastante reconhecida pelos restantes profissionais devido à importância que assumiam na estruturação da casa e na intervenção com as jovens (Apêndice B, pp.132-133, pp.144-145, p.151, pp.160-161, p.170, p.184, p.186). Conversando intencionalmente com profissionais da cozinha e da lavandaria, pareciam reconhecer a elevada importância do seu trabalho, referindo que “considero igualmente importante tanto para o funcionamento da casa como para as jovens que acolhemos” (Apêndice B, p.190). No que se refere às relações entre a EA e as jovens, eram várias as jovens que mantinham uma relação especial com os elementos dessa equipa. Através da observação participante evidenciou-se que as jovens tendiam a procurar os diferentes elementos para conversarem ou darem um beijinho ou um abraço, estimando muito a relação que tinham construído com esses/as profissionais. Demonstravam ter um carinho especial pelas cozinheiras, pela roupeira e pelo motorista, pois eram quem lhes dava comida, tratava da roupa e as levava de

carrinha onde elas precisassem, mas, por detrás dessas tarefas, estava um sentimento de entrega total dos profissionais que era visto por elas como um sinal de carinho. As jovens, habitualmente, chamavam esses profissionais de mães e tias, o que na opinião dos profissionais não tinha mal e reconheciam a importância de estarem disponíveis para desenvolver relações próximas e empáticas com as menores (Apêndice B, p.190, pp.191-192).

Através das conversas intencionais com a DT, percebeu-se que, para além da supervisão, existia formação contínua para as equipas e avaliação frequente do seu desempenho de forma a que pudessem evoluir (Apêndice B, p.119). Na opinião das três equipas, características, como a capacidade de comunicação, a empatia, a capacidade de compreensão e resolução de problemas, uma predisposição para a tolerância à frustração, uma boa capacidade de gestão de stress e autocontrolo, eram fundamentais nas equipas que desenvolviam um trabalho de proximidade com jovens que manifestavam, de forma recorrente, impulsividade e agressividade (Apêndice B, p.127, p.128). De acordo com a DT, pretendia-se que os profissionais se apoiassem reciprocamente na tarefa de cuidar e, por isso, existiam encontros regulares que se destinavam à partilha e discussão de situações vividas com e entre as jovens e à reflexão da relação estabelecida com as mesmas (Apêndice B, p.127).

Além dos profissionais mencionados, a instituição contava com duas estagiárias de Psicologia e com a autora do presente Relatório. Éramos vistas como elementos da casa, sendo a nossa integração e permanência reconhecidas como uma vantagem por todos os atores sociais (Apêndice B, p.148, p.153, pp.161-162, p.195, p.215, p.220). Podem lembrar-se algumas expressões como: “(...) Vocês trazem espírito de renovação, proporcionando mudanças significativas e nós conseguimos demonstrar como olhamos o nosso trabalho e como o realizamos” (Apêndice B, p.141); “acho ótimo essa abertura da CAR, pois por vezes eles representam as melhores pessoas que temos para conversar aqui dentro” (Apêndice B, p.197); “(...) acho que é bom tanto para nós como para eles. No sentido de conhecerem uma realidade diferente. Eles também são muito importantes para nós, pois também nos dão apoio, falam connosco, ensinam-nos coisas novas e nós a eles. Por vezes são as únicas pessoas que nos fazem sorrir” (Apêndice B, p.200); “(...) Normalmente, vocês para mim significam, numa palavra, amor (...)” (Apêndice B, p.209).

3.3. AVALIAÇÃO DO CONTEXTO

Considerada uma etapa fundamental resultante da análise e compreensão da realidade (Stufflebeam & Shinkfield, 1995), é a avaliação do contexto que sustenta a formulação dos objetivos de uma intervenção, a partir da identificação dos problemas, dos recursos e das oportunidades que emergem da realidade. Importa referir que, tal como acontece em todos os momentos do Projeto, nesta etapa, as pessoas devem ser incentivadas a ter uma participação ativa. A avaliação do contexto contou assim com a participação da maior parte dos profissionais da CAR e com a participação das jovens que, à data, se encontravam na instituição.

3.3.1. Identificação de Problemas e de Necessidades

Para a identificação de problemas e necessidades, privilegiaram-se, numa fase inicial, as conversas intencionais com todas as jovens e com alguns profissionais da instituição. Posteriormente, considerando a necessidade de definir âmbitos de intervenção, foi necessário devolver os problemas identificados aos profissionais que estavam disponíveis em diferentes momentos do quotidiano e às jovens, com o intuito de se refletir sobre os vários problemas que emergiram, no sentido de explorarmos as necessidades, bem como as causas associadas a cada problema. As profissionais da ET realizaram a avaliação do contexto através de conversas intencionais realizadas individualmente e em grupo, como as reuniões, e, devido à dificuldade em compatibilizar os horários de trabalho dos profissionais da EE, a avaliação do contexto foi realizada através de conversas intencionais nos diferentes turnos (Apêndice D, pp.238-247). Para a avaliação do contexto realizada por todas as jovens que à data se encontravam na instituição, desenvolveram-se conversas intencionais individuais e em pequeno grupo (Apêndice D, pp.248-261). Não sendo exequível, ao longo deste documento, uma apresentação detalhada da Avaliação do Contexto realizada pelos atores sociais na CAR, cingir-nos-emos

aos aspetos que orientaram o Projeto apresentado neste Relatório, remetendo-se a restante informação para Apêndice (Apêndice C, pp.231-237).

Um dos problemas identificados foi a falta de higiene e de cuidado da imagem pessoal por das jovens. Este problema era identificado por todas as pessoas no contexto. Foi constatado, quer pelos profissionais da ET e EE nos discursos acerca da falta de higiene de algumas jovens, quer pelas jovens que exprimiam a sua perceção sobre o desmazelo de algumas colegas relativamente à imagem pessoal – “...não têm registos de banho o dia todo...”; “...muitas não sabem vestir-se adequadamente para os diferentes contextos...”; “elas não tomam banho...mas já alguém as ensinou como tomar banho?”. Assim, pareceu-nos ser necessária a sensibilização para a importância dos hábitos de higiene, contribuindo também para a mudança de hábitos e comportamentos relacionados com o cuidado pessoal. Os profissionais estavam conscientes que a ausência, ou diminuição, do cuidado pessoal estava também relacionada com a desmotivação das jovens. Assim, de modo a que fosse possível colmatar tal problema, deveria investir-se ao nível da higiene e da autoestima. Para além disso, refletiu-se que havia um trabalho muito importante a ser desenvolvido, com as jovens e com os profissionais, que se prendia com as questões da educação para a saúde. Devido aos seus percursos de vida, as jovens manifestavam algumas vezes “...eu sou mais nova que vocês, mas já vivi mais que vocês”; “já experimentei tudo e mais alguma coisa” (referindo-se a substâncias psicoativas). Algumas jovens, pronunciando-se acerca da sua entrada na CAR, referiam que tinham engordado imenso e outras diziam que tinham emagrecido demasiado, atribuindo a “culpa” à ansiedade ou à alimentação que lhes era dada na instituição. Em geral, as jovens demonstravam comportamentos internalizantes, como sintomas físicos de mau estar e maior preocupação com o corpo e com a sua imagem/aparência. Devido aos seus percursos de vida, apesar de muito novas, algumas jovens apresentavam características de pessoas mais velhas, como: dentes estragados, alimentação menos cuidada, problemas de obesidade e a falta de exercício físico. As jovens partilharam que gostavam de ter contacto com pessoas da área da saúde, com quem pudessem conversar, de ter a oportunidade de irem mais vezes a cabeleireiros, para pintar o cabelo ou maquilhar-se, e algumas referiam ainda que gostavam de ter a oportunidade de poder caminhar, de fazer exercício físico no exterior da casa. Apesar de as jovens manifestarem preocupações com a

saúde, exteriorizando apenas a preocupação com a aparência física, subjacente a isso estava também a preocupação com a saúde no sentido mais lato.

Percebemos que a dificuldade de autorregulação das jovens ocasionava comportamentos desadequados por parte das mesmas, problema este identificado pela ET e pela EE. Explorando o problema, também as jovens o perceberam e reconheceram. Tal dificuldade revestia-se da frequente utilização da mentira e da manipulação por parte de algumas jovens e os profissionais tinham a percepção de que a mentira funcionava como um mecanismo de proteção para evitarem a dor ou para obterem algo – “elas são altamente manipuladoras porque é uma questão de sobrevivência e muitas vezes mentem...”; “ela vive numa realidade dela e tende a mentir para sustentar essa realidade que idealiza”; “muitas vezes elas não gerem da melhor maneira porque nem sequer sabem que tipo de sentimento estão a ter...”. Os profissionais referiam que as jovens tinham dificuldade em exprimir o que sentiam, apontando como necessidade a autorregulação de pensamentos, de emoções e de comportamentos das jovens e o reforço da capacidade de gestão de conflitos. A falta de respeito de algumas jovens para com alguns profissionais e entre elas estava também, de acordo com os discursos, incluídas no problema relacionado com os comportamentos desadequados das jovens - “há outras formas para que as jovens se possam autorregular, sem ser à base de insultos e agressões”. Essa falta de respeito para com os profissionais era também reconhecida pelas jovens – “...quero pedir, aqui na assembleia, desculpa ao educador X pelo meu comportamento de ontem...”; “por vezes, há faltas de respeito muito graves para com os profissionais”; “bater portas, gritar, constituiu uma falta de educação que acabou por atingir todas as pessoas que estavam presentes na casa...”; “por vezes, as regras básicas é que não são exigidas: como o respeito pelo outro...”. Era notório que a falta de respeito acabava por gerar violência e conflitos em muitas situações do quotidiano. O comportamento desadequado por parte das jovens era referido no discurso dos profissionais da EE, focando-se nos comportamentos de oposição e desafio. Os comportamentos agressivos eram também indicadores trazidos pelos profissionais e pelas jovens – “fazem birras, batem, mordem, dão pontapés, danificam materiais...”; “mentem, fogem, desrespeitam regras...”; “fiz asneira...bati na X”; “fiz frente à doutora”; “estou farta daquela miúda”. A psicóloga Rita referiu que “muitas vezes o que fazem é lutar pelo espaço delas, mas não o fazem de maneira adequada”. Na exploração

deste problema, foram apresentadas pelas jovens quatro causas para esse problema ser tão recorrente: serem impulsivas, a dificuldade de autocontrole, não concordarem com a opinião dos outros e o facto de não gostarem ou não se identificarem com as pessoas. As profissionais da ET, além de concordarem com o que as jovens apontavam, acrescentaram outras causas que consideravam estar na base dessas situações, nomeadamente: serem jovens com sentimentos baixos de valorização pessoal e vítimas de maus tratos. Já os profissionais da EE referiram que também a educação e disciplina inadequadas, bem como a vivência em ambientes conflituosos, violentos ou situações de rutura poderiam constituir-se como causas possíveis desse problema. Os profissionais, sendo uma referência para as jovens, sentiam-se intrinsecamente envolvidos no seu desenvolvimento e socialização, sentindo-se na obrigação de conduzirem determinadas formas de interação social em detrimento de outras que se vivenciavam, como a violência verbal e física, por exemplo. Parecia ser necessário fortalecer estilos mais positivos de relação interpessoal, através de valores, como a cooperação, a tolerância, a solidariedade e a partilha porque a resolução de situações de conflito tornar-se-ia mais eficaz, fazendo com que se atenuassem os comportamentos menos positivos, como era o exemplo das agressões verbais e físicas. De acordo com os profissionais, era importante que as interações entre as jovens, que partilhavam o mesmo espaço durante um longo período de tempo, fossem interações sociais construtivas e cooperativas, pois, referindo as palavras da diretora técnica, “...só assim poderia haver o potencial de promover aprendizagens, assim como o desenvolvimento de empatia e respeito mútuo, fundamentais para elas se relacionarem seja com quem for”. Os profissionais acreditavam que este era um problema a ser trabalhado continuamente e, para a maior parte das jovens, a existência de conflitos entre elas era um dos aspetos apontados como menos positivo.

A falta de reconhecimento das jovens por parte dos profissionais da EE foi outro problema apontado pelas jovens. As jovens referiam que os profissionais, algumas vezes, não eram capazes de reconhecê-las e os seus bons comportamentos, expressando, “eles só veem o que fazemos mal”; “gostava de ser valorizada pelo que faço bem e não apenas ser recriminada pelo que faço mal”. As jovens acabavam por manifestar que sentiam que não valia a pena “fazer o bem” e apresentavam percepções menos positivas sobre si mesmas, não se valorizando. Ao explorar este problema com as jovens, referiam que isso se

devia, sobretudo, ao facto de os profissionais não fazerem um esforço para verem “as nossas coisas boas”, referindo-se a características e bons comportamentos. Já os profissionais da EE reconheciam que, efetivamente, em alguns momentos do quotidiano isso acontecia, mas que, “quando nos damos conta parece que já é tarde para valorizar”; “às vezes só me lembro que a X ou Y esteve bem naquele momento quando estou a fazer a viagem para casa, ou seja, no final do turno, quando já não estou aqui na instituição”; “depois no dia a seguir estamos cá de novo é verdade, mas depois alguns colegas acham que já não vale a pena valorizar, pois já passou”. Assim, apresentavam-se como necessidades: a valorização e o reconhecimento das jovens por parte das mesmas e dos profissionais e o reforço de comportamentos adequados.

O baixo nível de desenvolvimento moral por parte das jovens foi outro problema identificado primeiramente por todas as profissionais da ET, em momentos individuais e em reuniões de equipa, e, posteriormente, também por alguns profissionais da EE. Um dos indicadores desse problema trazido pela psicóloga Rita foi o facto de as jovens terem preenchido uma escala (Moral Judgment Test [MJT] de Georg Lind, 1998 – versão portuguesa adaptada por Patrícia Bataglia, 1998) que demonstrava os seus níveis de desenvolvimento moral, constatando-se níveis muito baixos. Para além deste indicador, outros discursos foram aparecendo na voz dos profissionais, como: “é importante fazê-las pensar sobre as mais variadas questões”; “só obedecem para evitar castigos ou para satisfazerem desejos”; “bloqueiam e não pensam de outra maneira”. Posteriormente, na reflexão sobre este problema, as jovens também o identificaram e mostraram-se conscientes da sua existência, embora de outra forma, trazendo no seu discurso ideias, como: “...ela não tem consciência disso...”; “...estas miúdas não sabem pensar nos outros”; “...só pensam nelas...”. As causas deste problema estavam, de acordo com os profissionais, relacionadas com aspetos de carácter cognitivo e com as experiências sociais que as jovens tinham tido no seu percurso. O desconhecimento de valores fundamentais, o pensamento e a postura muito autocentrados e pouco flexíveis foram também apontados como causas do mesmo. Após exploração deste problema com as jovens, aliámos o facto de as jovens sentirem que, apesar de existirem assembleias onde se discutiam assuntos relativos à casa, não existia um espaço onde elas pudessem discutir diversas situações ou casos – “que nos fazem pensar mais além...”; “...casos das nossas vidas, casos da casa...”; “era

importante discutirmos casos que nos fizessem pensar, que nos fizessem tomar posições e pensar sobre elas”. A causa subjacente a este problema, na perspectiva das jovens, estava, por um lado, intimamente relacionada com a “falta de noção” e, por outro, com a falta de tempo e espaço para a reflexão sobre situações. Consequentemente, para estes dois problemas, que poderiam ser incluídos no mesmo e trabalhados em conjunto, os profissionais reconheceram ser necessária a promoção da educação moral das jovens de acordo com valores humanos, a estimulação das jovens para serem cidadãs mais autónomas com espírito crítico e com responsabilidade e para refletirem que a moralidade se constrói na relação com os outros e com o meio. As jovens indicaram ser importante a discussão de casos, a compreensão da ideia de justiça, sentirem-se mais preparadas para dar a sua opinião livremente e a construção de tempos e espaços onde pudessem sentir-se à vontade para refletirem.

Finda a reflexão sobre os problemas identificados (Apêndice C, pp.231-237), foi imperativo realizar a sua priorização, tendo em consideração a importância e a urgência da sua resolução e a vontade e as expectativas dos atores sociais envolvidos. Com os profissionais, este momento decorreu no fim de uma formação, visto que se constituiu como um momento privilegiado, tendo-se conseguido estar com quase todos em simultâneo, pedindo-se que reanalisassem os problemas e os priorizassem. Ressaltou, assim, a falta de higiene e cuidado da imagem pessoal, devendo este aspeto ser trabalhado num sentido mais amplo. Consideravam igualmente urgente investir no problema relacionado com o comportamento desadequado por parte das jovens e com as relações menos positivas, na falta de reconhecimento das jovens por parte dos profissionais da EE e no baixo nível de desenvolvimento moral das jovens. Com as jovens, a priorização realizou-se em diferentes momentos do quotidiano, dados os seus diferentes horários e inúmeros compromissos. Depois desses momentos, conclui-se que um dos problemas priorizados foi a inexistência de um espaço para discussão de diferentes situações, tendo este sido aliado ao do baixo nível de desenvolvimento moral das jovens. Priorizaram também a falta de higiene e cuidado da imagem pessoal, os seus comportamentos desadequados e as relações entre elas e, ainda, a falta do seu reconhecimento por parte dos profissionais da EE (Apêndice D, pp.238-261).

Posteriormente, em conversas intencionais com os profissionais, fomos percebendo que, na sua perspectiva, todas as jovens poderiam beneficiar com a

participação no Projeto. Contudo, devido ao funcionamento da casa, às regras e rotinas da mesma e à disponibilidade das jovens e dos profissionais, não foi possível desenvolver o projeto com todas as pessoas que até a esse momento tinham participado no Projeto. Assim, tentou compreender-se com as jovens quais estariam motivadas e interessadas em participarem no Projeto, sendo que, para isso, desenvolvemos a sessão “Participar com responsabilidade: a minha decisão”, em que foram abordadas questões relativas aos problemas priorizados (Apêndice E, pp.262-269). Explicámos que o Projeto seria desenvolvido com algumas jovens, pelo que gostaríamos de saber quem estava mais motivado e interessado em participar. As jovens que mostraram, de imediato, maior entusiasmo para a participação foram: a Luana, a Pipoca Mendes, a Núria, a Ariana, a Yasmine e a Fred. Em conversa intencional com os profissionais, eles consideraram importante que outras jovens integrassem o grupo, como a Lili, a Gaiata, a Bandeirinha Júnior e a Sacaninha. Conversámos com as jovens individualmente e, num primeiro momento, elas mostraram-se resistentes e desinteressadas, reconhecendo que a desmotivação para participarem prendia-se, maioritariamente, com o facto de não se sentirem muito à vontade para expressarem opiniões, pensamentos e sentimentos, referindo: “tenho vergonha de falar”; “eu até posso entrar, mas estarei calada”. Contudo, após as conversas individuais, consideraram que a sua integração poderia ser útil e significativa, tanto para elas como para as colegas, pois, na sua opinião, a sua participação poderia ajudá-las a “pensar sobre assuntos da casa e da sociedade” e a (con)viver “melhor umas com as outras”. Transmitimos-lhes também que, ao longo do tempo, poderiam participar na medida em que quisessem, para não se alimentar a falta de confiança das jovens. Nesta fase, decidiu-se então quais as jovens que participariam no Projeto, acerca das quais se apresenta uma caracterização aprofundada em Apêndice (Apêndice F, pp.270-289).

3.3.2. Recursos, Oportunidades e Constrangimentos

Após conhecermos os problemas e as necessidades da realidade social e de termos explorado os mesmos com as pessoas, foi, igualmente importante

considerar e reconhecer as potencialidades e os constrangimentos existentes e os recursos disponíveis. Os recursos são os meios disponíveis para alcançar um determinado fim, as potencialidades correspondem ao conjunto de fatores suscetíveis de favorecerem a realização de determinadas ações e os constrangimentos reportam-se a fatores do contexto que dificultam a realização de ações (Cembranos et al., 2007).

Como potencialidades identificaram-se: a abertura da instituição a novos projetos de intervenção social; a receptividade da maior parte dos profissionais para ouvirem novas ideias; a colaboração dos profissionais ao nível da partilha dos recursos físicos e materiais; a motivação da maior parte dos profissionais para a mudança; a vontade e motivação por parte dos profissionais e das jovens para participarem no Projeto; o interesse demonstrado por algumas jovens relativamente à questão da moralidade e às questões da saúde; as competências das jovens e dos profissionais; a reflexão sobre o modo de intervir por parte dos profissionais; o interesse demonstrado em trabalhar problemas identificados; a relação de proximidade construída com os diferentes atores sociais. Porém, também se reconheceram alguns constrangimentos, como: a dificuldade na articulação dos horários entre os profissionais e as jovens; a resistência, por parte de algumas jovens e de alguns profissionais à mudança; as entradas e saídas dos diferentes atores sociais; a idade de algumas das jovens participantes no Projeto (sendo maiores de idade, poderiam sair da instituição). É de referir que a rotatividade dos profissionais exigia uma grande coordenação entre os participantes no Projeto, com o intuito de estarem todos envolvidos e com iguais oportunidades de participação.

Existiam na CAR vários recursos que possibilitaram a construção e o desenvolvimento do Projeto. Relativamente aos recursos físicos, a casa tinha a sala de reuniões, a sala da EE, a sala de aulas, a sala dos computadores, a sala de convívio e os espaços de lazer no exterior. No que diz respeito aos recursos materiais, podemos referir o material didático, a televisão, bem como equipamento informático e audiovisual, como computadores, impressoras, projetores e colunas. No que concerne aos recursos humanos, considerámos as estagiárias da CAR.

4. DESENHO DO PROJETO “(RE)CONSTRUIR VIDAS” E AVALIAÇÃO DE ENTRADA

Mesmo assumindo que o conhecimento da realidade acontece ao longo do tempo, é após a avaliação do contexto que está construída a base para a definição de metas e objetivos, traçando-se o caminho a seguir. Os projetos sociais pretendem solucionar os problemas e as necessidades sentidas, tornando-se assim crucial envolver os atores sociais no palco de toda a intervenção (Serrano, 2008). O desenho de projeto inicia-se, segundo Mendonça (2002), com a definição de uma finalidade. Para Guerra (2010, p.163), a finalidade simboliza a “razão de ser de um projeto e a contribuição que ele pode trazer aos problemas e às situações que se torna necessário transformar”. Cembranos e colegas (2007) referem que a finalidade contém um lado utópico, considerado como uma motivação para toda a intervenção. Após a definição da finalidade, e tendo em consideração os problemas e necessidades priorizados, impõe-se definir objetivos que devem ser estruturados como objetivos gerais (OG) e objetivos específicos (OE). Os primeiros constituem-se como “grandes orientações para a ação”, estando em concordância com a finalidade, enquanto os OE expressam “os resultados que se espera atingir (...) funcionando como a sua operacionalização” (Guerra, 2010, pp.163-164).

Tendo em conta os problemas e as necessidades priorizados (Apêndice G, pp.290-298), definiu-se como finalidade do Projeto **“O desenvolvimento integral das jovens através da promoção da sua educação, saúde e bem-estar”**, a partir da abertura para novas reflexões, modos de agir e do desenvolvimento de competências pessoais e sociais. Pretendia-se, igualmente, ir ao encontro do que é previsto na Lei de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo quanto à finalidade do acolhimento residencial, isto é,

(...) contribuir para a criação de condições que garantam a adequada satisfação de necessidades físicas, psíquicas, emocionais e sociais das crianças e jovens e o efetivo exercício dos seus direitos, favorecendo a sua integração em contexto sociofamiliar seguro e promovendo a sua educação, bem-estar e desenvolvimento integral (Decreto-Lei 142/2015, de 8 de setembro, artigo 49.º, p.7204).

4.1. OBJETIVOS GERAIS E ESPECÍFICOS

Considerando a finalidade do Projeto, foram definidos os objetivos que o orientavam e que pretendiam ir ao encontro dos problemas priorizados e das respectivas necessidades (Apêndice G, pp.290-298). Assim, foram definidos três Objetivos Gerais (OG) e os respectivos Objetivos Específicos (OE).

Relativamente aos problemas relacionados com os comportamentos desadequados das jovens, com as relações menos positivas e com a inexistência de um espaço para discussão de diferentes situações, aliado ao problema do baixo nível de desenvolvimento moral, definimos o OG1, “Promover o desenvolvimento moral e relações interpessoais adequadas”, uma vez que promover o desenvolvimento moral implicava também a promoção de relações interpessoais mais adequadas. Os OE definidos tiveram em consideração o que as jovens deveriam ser capazes de fazer, nomeadamente: (OE1.1) “Ouvir e compreender o outro, respeitando-o”; (OE1.2) “Partilhar espontaneamente os seus interesses, opiniões e pensamentos e respeitar o dos outros”; (OE1.3) “Valorizar os seus sentimentos e os dos outros”; (OE1.4) “Comunicar de forma clara”; (OE1.5) “Compreender os conceitos de justiça e de ética”; (OE1.6) “Ter consciência dos seus atos”; (OE1.7) “Pensar de forma crítica acerca de situações reais e acerca das situações do dia-a-dia”. Tendo os profissionais reconhecido que este trabalho com as jovens deveria ser desenvolvido por eles, e que eles é que poderiam dar-lhe continuidade, os mesmos envolveram-se, tendo sido também formulados OE para eles. Assim, os profissionais deveriam ser capazes de: (OE1.8) “Reconhecer a importância do diálogo”; (OE1.9) “Permitir a discussão e a partilha de opiniões”; (OE1.10) “Facilitar a compreensão do outro por parte das jovens (dos pontos de vista e dos sentimentos do outro)”; (OE1.11) “Criar condições para a colaboração, a compreensão e o respeito mútuo entre as jovens”.

Para os problemas relacionados com a baixa autoestima das jovens e a falta de reconhecimento das jovens pelos profissionais da EE, definiu-se o OG2, “Desenvolver o autoconceito positivo das jovens”. Os OE tiveram em consideração o que as jovens deveriam ser capazes de fazer, nomeadamente: (OE2.1) “Valorizar as suas capacidades”; (OE2.2) “Ter uma perceção positiva de si mesmas e dos outros”; (OE2.3) “Sentirem-se mais valorizadas, seguras e

confiantes”. Os profissionais da EE deveriam ser capazes de: (OE2.4) “Reconhecer e valorizar as jovens (características, competências e capacidades)”; (OE2.5) “Reforçar os comportamentos adequados das jovens”.

Relativamente ao problema relacionado com a falta de higiene e cuidado da imagem pessoal das jovens, definimos o OG3, “Promover a saúde em termos globais”, com os seguintes OE, tendo em conta o que as jovens deveriam ser capazes de fazer: (OE3.1) “Cuidar da sua imagem pessoal, tendo hábitos de higiene regulares”; (OE3.2) “Identificar e adotar hábitos de vida saudáveis: atividade física, alimentação”; (OE3.3) “Reconhecerem e consciencializarem-se acerca dos cuidados a ter em termos de saúde (corpo e alimentação)”; (OE3.4) “Estarem atentas à sua saúde”. Foram também formulados OE para os profissionais, devendo estes serem capazes de: (OE3.5) “Compreender o conceito de promoção da saúde de uma forma mais abrangente”; (OE3.6) “Sensibilizar as jovens para adotarem comportamentos saudáveis”; (OE3.7) “Aumentar/melhorar o conhecimento das jovens no que respeita à saúde (cuidados com o corpo)”. Em apêndice pode ser consultado de forma esquematizada o desenho de projeto (Apêndice H, pp.299-302).

4.2. ESTRATÉGIAS, AÇÕES E CALENDARIZAÇÃO

Para a concretização dos objetivos apresentados, foram mobilizadas, ao longo do tempo, algumas estratégias. Estas são definidas por Guerra (2010) como o meio pelo qual vamos atingir os objetivos delineados. As ações desenvolvidas emergiram dos participantes no Projeto, ou seja, das 10 jovens e de alguns profissionais da ET e EE. Embora quase todos os profissionais tenham colaborado no desenvolvimento do Projeto, alguns participaram de forma mais ativa, mais contínua e mais consistente. As sessões grupais iniciais com as jovens foram importantes para compreendermos de que forma poderíamos satisfazer as suas necessidades, tendo-se valorizado o que elas gostariam de fazer. Com os profissionais, foram estabelecidas conversas intencionais com o propósito de devolvermos o que se ia construindo com as jovens e para

compreendermos até que ponto estavam disponíveis para se envolverem no Projeto.

Na escolha da designação do Projeto envolveram-se as jovens e os profissionais, tendo sido “(Re)Construir Vidas” o nome escolhido, para representar o que para eles tinha sido estarem envolvidos neste Projeto (Apêndice K, pp.533-534; pp.538-539). A Ação 1, “Palcos de Diálogos e Reflexões” visava responder ao OG1 e respetivos objetivos específicos. As estratégias mobilizadas nesta Ação foram as conversas intencionais, os encontros grupais entre jovens e profissionais, o “roleplay”, o “brainstorming”, os exercícios de escrita, os exercícios individuais e de dinâmicas de grupo, o acompanhamento individual e a discussão e reflexão grupal. Nesta Ação, pretendia-se envolver os profissionais da ET e EE, no sentido de promoverem relações mais positivas entre as jovens e também o seu desenvolvimento moral. O foco desta Ação teve a ver com a reflexão e discussão acerca de situações trazidas pelas jovens e pelos profissionais, relacionadas com as suas vivências dentro e fora da instituição. Durante esta Ação desenvolveram-se também sessões em que se pretendia aprofundar competências de ordem pessoal e social. A Ação 2, denominada “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima”, pretendia responder ao OG2 e respetivos objetivos específicos. Com esta Ação pretendia-se envolver os profissionais da EE na reflexão acerca de como o reconhecimento poderia contribuir para um crescimento mais positivo das jovens, tendo-se investido, igualmente, em competências de ordem pessoal e social, uma vez que as jovens referiam sentir este aspeto como essencial para se sentirem melhor consigo próprias e com os outros. Neste sentido, mobilizaram-se as seguintes estratégias: conversas intencionais, exercícios individuais e de dinâmicas de grupo, acompanhamento individual, discussão e reflexão em grupo e “brainstorming”. A Ação 3, designada “A Saúde nas nossas Mãos”, visava responder ao OG3, bem como aos respetivos objetivos específicos. Esta Ação visava a consciencialização dos profissionais e das jovens acerca da importância de reconhecerem o conceito de saúde de uma forma abrangente, apostando-se na questão dos cuidados com a saúde, uma vez que as jovens refletiam ser importante para elas. Como estratégias, recorreu-se às conversas intencionais, aos encontros grupais, aos exercícios de dinâmicas de grupo, à partilha, debate e reflexão, ao acompanhamento individual e às ações de sensibilização. No que concerne à calendarização, a Ação 1 decorreu entre

fevereiro a maio, a Ação 2 iniciou-se no final de maio e decorreu até ao início de julho e a Ação 3 decorreu entre junho e agosto. Assim, o Projeto foi ao encontro das necessidades e disponibilidades dos participantes, com um carácter flexível que se ajustava à realidade. Em apêndice apresenta-se uma calendarização mais detalhada (Apêndice J, pp.305-307).

4.3. AVALIAÇÃO DE ENTRADA E INDICADORES DE AVALIAÇÃO

Nesta fase, é importante refletir se o desenho do Projeto se encontra ajustado à realidade social. Para isso, o investigador reflete com as pessoas sobre a coerência dos problemas priorizados, bem como das respetivas necessidades (Cembranos et al., 2007; Stuffebeam & Shinkfield, 1995). Para além disso, reflete-se também acerca da coerência da finalidade e dos objetivos e analisam-se os recursos, as potencialidades, bem como os constrangimentos (Cembranos et al., 2007; Stuffebeam & Shinkfield, 1995).

Através de conversas intencionais, foi possível avaliar com os atores sociais, a exequibilidade do Projeto, bem como a sua coerência e a sua pertinência, procurando aferir se o mesmo permitia responder aos problemas e necessidades identificados. No que respeita à sustentabilidade e continuidade do Projeto, os profissionais eram de opinião que iria depender da forma como cada um estava disposto a abraçar o desafio. Contudo, apesar dos desafios que viviam diariamente, é de salientar a vontade e a disponibilidade demonstradas pela maioria dos profissionais para se envolverem no Projeto, transmitindo também que tinham a intenção de dar continuidade ao trabalho construído, uma vez que reconheciam a pertinência do mesmo.

Ao analisarmos os problemas priorizados, percebemos que havia necessidade de reformular o desenho de Projeto. De forma a garantir a viabilidade do Projeto, e tendo em conta o elevado número de objetivos específicos, foi necessário priorizar com as pessoas o que seria exequível. Os objetivos tiveram também de ser várias vezes reformulados porque alguns eram pouco claros, existindo também OE semelhantes, isto é, sobreposições. Para além disso, alguns OE eram comuns a mais do que um OG e, reconhecendo que

dois OG tinham OE comuns, pensámos que poderiam fundir-se num só objetivo. Verificando se os OG e OE definidos iam ao encontro das necessidades sentidas, refletiu-se que todos eles tinham que ser trabalhados a longo prazo, visto abordarem questões que implicariam um processo gradual e demorado de mudança, de consciencialização, de introspeção e de autoconhecimento para todos os envolvidos, não podendo esperar-se resultados imediatos. O desejo de mudança foi surgindo por necessidade dos participantes, tendo-se considerado que a finalidade definida era abrangente e estava em consonância com a avaliação do contexto realizada, uma vez que continha o propósito de responder às necessidades e de trabalhar os problemas sentidos pelas jovens, visando o seu bem-estar e o seu desenvolvimento integral. Percebeu-se que, através da concretização dos OE, tornava-se possível responder às necessidades e às causas dos problemas, procurando minimizá-los ou suprimi-los.

As ações planeadas mostraram-se coerentes, adequadas à disponibilidade dos participantes e pertinentes para dar resposta às dificuldades apontadas. Foi notório que a mobilização de várias estratégias foi gerando nos participantes uma maior motivação e compromisso.

Foram também definidos indicadores de avaliação, sendo estes quantitativos (assiduidade dos participantes nas sessões) e qualitativos, estes últimos definidos para cada uma das ações (Apêndice H, pp.299-302). Quanto aos instrumentos de avaliação, centraram-se na observação participante, nas conversas intencionais e nos momentos de partilha, debate e de reflexão.

5. DESENVOLVIMENTO DO PROJETO (RE)CONSTRUIR VÍDAS” E AVALIAÇÃO DE PROCESSO

Neste capítulo, apresenta-se o desenvolvimento do Projeto, assim como a avaliação de processo inerente ao caminho co construído, referindo-se as ações desenvolvidas e pontuando-se os aspetos mais significativos e representativos.

5.1. AÇÃO 1: “PALCOS DE DIÁLOGOS E REFLEXÕES”

A Ação 1, denominada pelas jovens e pelos profissionais “Palcos de Diálogos e Reflexões” (Apêndice I, p.303), decorreu entre fevereiro e maio de 2019, com encontros semanais, num total de 21 sessões (Apêndice J, pp.305-306). Inicialmente, recorremos às conversas intencionais individuais para conseguirmos compreender o que as jovens esperavam desta intervenção, sendo posteriormente organizada uma primeira sessão de grupo (Apêndice K, pp.308-316). Nessa sessão, surgiu o desejo da criação de um espaço, onde as jovens pudessem discutir e refletir sobre situações trazidas por elas e pelos profissionais, relacionadas com experiências pessoais e coletivas e com assuntos relacionados com a sociedade em geral. A proposta apresentada pelas jovens relativa à organização das sessões era similar a um “tribunal”, desde o espaço, os materiais e os papéis assumidos, tendo, ao longo da sessão, todas dado contributos até chegarmos a um consenso acerca de como construirmos os nossos palcos. Definimos que todas as situações a serem discutidas terminassem com uma questão que as fizesse tomar uma posição; o espaço escolhido pelas jovens foi a sala de convívio, tendo em conta as características do espaço, nomeadamente a área ampla e a luminosidade; os recursos materiais necessários eram um computador, um projetor, dois sofás e um martelo, meios que permitiriam alcançar o que nos propúnhamos trabalhar ao longo destas sessões em particular; sobre os papéis que iriam ser desempenhados ao longo

das sessões, as jovens referiram que era necessário que existisse um escrivão, um juiz e dois advogados, cada um com a sua função. Para elas, era importante que existissem pessoas a desempenharem o papel de advogados, uma vez que pretendiam que estas se reunissem com elas para definirem argumentos para defenderem a sua posição, com o objetivo de as fazer refletir sobre as situações discutidas, tendo surgido a ideia de os diferentes papéis serem desempenhados pelos profissionais da ET e da EE. Durante a partilha de ideias, algumas jovens mostraram-se mais participativas que outras, mas, com o desenrolar da sessão, todas se foram envolvendo, tendo sido necessário em alguns momentos manter a organização, preservando, no entanto, a participação genuína das mesmas. O envolvimento dos profissionais nestas sessões partiu do desejo das jovens, sendo que, em conversa com os mesmos, eles mostraram-se disponíveis, acabando por se envolver. Foi também desejo das jovens que as estagiárias da instituição participassem nestas sessões. Sobre como definiríamos as situações a serem discutidas, as jovens sugeriram que poderiam ser escritas por elas ou pelos profissionais, tendo ficado decidido que, quando alguma delas tivesse um caso que gostasse de ver discutido, escreveria num papel que nos entregaria, ficando também acordado que em nenhuma sessão seria referido quem tinha trazido, uma vez que para as jovens a manutenção do anonimato era fundamental. A dinâmica das futuras sessões ficou decidida nesta primeira sessão (Apêndice K, p.314). No final desta sessão, as jovens demonstraram-se entusiasmadas para continuarem envolvidas no Projeto, sendo de destacar o facto de terem realçado que se sentiam ouvidas. Respeitando o ritmo dos profissionais, ficou decidido que a atribuição dos diferentes papéis seria realizada sempre no dia da sessão, durante o período da manhã, havendo sempre conversas intencionais de preparação para as sessões com os profissionais que estariam envolvidos, partindo das situações que iriam ser discutidas (Apêndice K, pp.315-316). Assim, desde a segunda até à oitava sessão desta Ação, foram criados momentos, onde as jovens e os profissionais tiveram papéis ativos, apresentando as situações trazidas várias problemáticas subjacentes. Na segunda sessão (Apêndice K, pp.316-320), a situação discutida, trazida pela Dra. Rita, focou-se na intencionalidade e na não intencionalidade de um comportamento associadas à gravidade do mesmo. As jovens foram dando a sua opinião, trazendo diferentes pontos de vista sobre a situação, apoiando-se em experiências familiares para fundamentarem as suas escolhas.

De forma unânime, o grupo gostou da sessão e as jovens demonstraram estarem ansiosas pela próxima sessão. As profissionais, que participarem desta sessão, referiram sentirem-se confortáveis ao assumirem os papéis e expressaram que a sessão tinha corrido bem, referindo, todavia, que “os profissionais que participam enquanto advogados deveriam estar mais preparados para estimularem as jovens a pensar mais além”, tendo surgido algumas sugestões para sessões futuras. Na terceira sessão (Apêndice K, pp.320-333), a situação discutida foi trazida por uma jovem, tendo-se discutido a questão relacionada com alguns dos privilégios dados na CAR, especificamente o cigarro. Houve oportunidade para refletirmos sobre os privilégios considerados prejudiciais e saudáveis e ainda sobre o interesse individual. Apesar de terem surgido dúvidas por parte das jovens relativamente à posição a tomar para defenderem os seus argumentos, pareceram disponíveis para considerarem que o desafio era precisamente refletirem sobre a situação apresentada. No final, os profissionais expuseram que a forma como tinham falado tinha sido intencional para incentivarem as jovens a pensarem de forma mais crítica. O Ed. Lucas referiu que sentia que as jovens iam conseguindo ouvir-se melhor umas às outras, sem terem de gritar e a Dra. Carminho mostrou a sua admiração quanto à forma como a maioria das jovens, enquanto fumadoras, tinha conseguido defender a posição assumida, referindo “conseguiram pensar mais além”. Esta sessão ajudou-nos a perceber que, no grupo, alguns elementos tendiam a não participar de forma tão ativa, mas concluímos que isso poderia acontecer ao longo do tempo, por diversos motivos e, como a Dra. Carminho referiu, “o elas não falarem não quer dizer que não estejam a refletir”. Fomos de opinião de que esta sessão tinha tido mais impacto nas jovens, tendo-se refletido que poderia estar relacionado com o facto de se ter discutido uma questão muito presente no quotidiano da maioria delas. As jovens foram consensuais ao referirem que esta sessão tinha corrido bem, declarando que a mesma tinha sido positiva em vários aspetos, como: “foi bom porque o que disseram fez-nos pensar em algumas atitudes que temos” (Yasmine); “(...) quando tiver a oportunidade de escolher um privilégio, talvez escolher uma saída com alguém ou querer mais tempo com o telemóvel para poder falar com a minha mãe” (Lili). Na quarta sessão (Apêndice K, pp.333-340), a situação discutida foi trazida por uma das jovens. É de referir que esta foi uma conquista que tentámos alcançar. Estimulámos as jovens para que se sentissem à vontade para vir ter connosco e

para nos falarem sobre o que gostariam de ver discutido. Assim, foi através de uma relação baseada na confiança, na genuinidade e no respeito que, ao longo do tempo, fomos conseguindo que as jovens viessem até nós. O caso trazido para esta sessão deu a oportunidade para se dialogar sobre questões relacionadas com a autoridade, a lei, a afiliação e as relações. Em cima dos púlpitos (sofás), as representantes dos grupos foram apresentando os seus argumentos, sendo de referir que a Luana tinha sido sempre a escolhida pelas colegas para representar o grupo. Assim, demos a possibilidade de uma outra colega se juntar a ela, ajudando-se mutuamente a apresentarem os argumentos discutidos anteriormente em pequeno grupo. Estas sessões ajudaram-nos também a perceber que o grupo tinha alguma dificuldade em controlar e adequar o seu discurso, havendo faltas de respeito frequentes, principalmente quando não concordavam com a perspectiva umas das outras. Os juízes recorriam ao martelo para tentar chamar a atenção das jovens, havendo algumas delas que se mostravam incomodadas com tais atitudes e acabavam por alertar as colegas para a importância de aprenderem a ouvir e a respeitar-se. Na opinião do Ed. Filipe, o facto de existir o momento em que as jovens se reuniam para falar com os advogados (antes de apresentarem os seus argumentos ao grande grupo) era importante, dado que nesse momento tinham oportunidade para discutirem em pequeno grupo, havendo algumas jovens que se mostravam mais participativas nesse primeiro momento, referindo “será importante preservar esses momentos, cuidar deles para que as diferentes jovens participem”. Foi possível perceber também que a postura das jovens se alterava consoante a presença de determinado profissional na atividade. A Dra. Rita salientou que os argumentos que as jovens tinham trazido tinham sido válidos e que tinha sentido que algumas revelavam maior capacidade para defenderem a sua opinião, tendo as jovens partilhado que se sentiam mais seguras para partilharem as suas ideias. Para a quinta sessão (Apêndice K, pp.340-347), tínhamos uma situação que tínhamos previamente redigido com uma jovem, mas como esta não conseguiu estar presente nesta sessão, optou-se por criar uma situação com a ET, tendo a anterior ficado para a sessão seguinte. Nesta sessão refletiu-se sobre uma situação que abrangia questões relacionadas com a autoridade, a lei e a propriedade. Importa salientar que, para além dos advogados dirigirem perguntas às jovens com o intuito de elas refletirem sobre as variadas questões que iam surgindo em torno da situação, também as jovens começaram a

evidenciar a preocupação de se irem questionando mutuamente. A situação desta sessão foi sentida pelas jovens como complexa, tendo-se refletido que, ao longo da nossa vida, teremos de pensar sobre aquilo que consideramos mais correto, conseguindo fundamentar as nossas escolhas e decisões. No final, as jovens transmitiram que ainda sentiam alguma dificuldade em ouvirem-se de forma respeitosa. A DT e a Dra. Margarida referiram sentir que a participação das jovens estava a ser saudável, mostrando a sua admiração face a algumas intervenções e realçando a postura adotada por algumas jovens. Porém, refletimos que seria pertinente pedir às jovens que, durante as sessões, não se dirigissem diretamente às colegas, para evitar os ataques pessoais que por vezes surgiam. Na sexta sessão (Apêndice K, pp.347-352), discutimos a situação trazida pela jovem e que tinha sido construída connosco. Era comum os profissionais, que desempenhavam o papel de juiz, lerem a situação em voz alta, sendo que nesta sessão começámos a apercebermo-nos que teríamos de ler mais pausadamente e, quando necessário, esclarecer alguns termos. Nesta sessão, ao contrário do que tinha acontecido até aí, todas as jovens tomaram a mesma posição, o que fez com que uma das estagiárias de psicologia assumisse o lado oposto, possibilitando-se a discussão de diferentes perspetivas sobre o mesmo assunto. Fomos notando de forma mais evidente que a participação das jovens era diferente, pois se algumas traziam as suas ideias de forma espontânea e quase imediata, outras tinham mais dificuldade em exprimir-se, tendo, por isso, sido importante ter potenciado a participação de todas. Algumas jovens, quando incentivadas, trouxeram os seus argumentos e acabaram por se envolver de forma mais ativa. No final da sessão, as jovens partilharam que sentiam ter conseguido estar mais atentas a ouvir as outras pessoas e esperar de forma mais calma e organizada pela sua vez de falar. Os profissionais referiram sentir que tinha havido um esforço por parte das jovens para terem uma postura mais adequada ao darem a sua opinião. Na sétima sessão (Apêndice K, pp.352-358), a situação a discutir foi trazida por uma outra jovem, relacionando-se com o consumo de água na CAR. Houve a oportunidade para refletir sobre o interesse individual e sobre a responsabilidade de cada um sobre esse assunto. É de referir que nestas últimas sessões, as jovens iam elegendo diferentes representantes do grupo para falarem, tendo-se apreciado que algumas jovens, consideradas mais introvertidas, acabavam por ter uma participação mais regular. As jovens, estimuladas pelos profissionais, tinham conseguido elencar

algumas mudanças de atitude que poderiam adotar de modo a contribuir para um consumo de água mais consciente. Para a oitava sessão (Apêndice K, pp.358-364), uma outra jovem demonstrou interesse em redigir uma situação connosco, relacionada com os furtos, tendo a sessão incidido sobre a reflexão e discussão acerca de aspetos, como a lei, a punição e as relações. Nesta sessão, após as jovens terem tomado a sua posição e estarem prontas para argumentar, a Núria, enquanto representante de um dos grupos, pediu às colegas que a ajudassem se estivesse a sentir alguma dificuldade em falar, o que exigiu às colegas atenção e um sentimento de entreajuda. No final, as jovens consideraram que refletir sobre esta situação não tinha sido fácil, considerando-a “um caso cinzento”. Apesar de, nesta sessão, as jovens terem considerado que estavam mais agitadas e nervosas, acabando por reconhecer que não se tinham concentrado devidamente na tarefa, no parecer dos profissionais, as mesmas tinham apresentado argumentações melhores e que parecia terem conseguido serem mais tolerantes na relação que estabeleciam umas com as outras. Esta situação deu azo a reflexões sobre os furtos que ocorriam na instituição. Considerou-se que as reflexões, antes e após as sessões, desenvolvidas com as jovens e com os profissionais acabavam por ser tão, ou mais, importantes que a atividade em si, tendo estas sessões dado o mote para as reflexões em grupo. Todos os envolvidos iam refletindo sobre as suas práticas, tendo nós participado em várias conversas entre os profissionais, onde dialogavam sobre várias questões, sobre como poderiam abordar diferentes questões do interesse das jovens. Esta Ação, apesar de ter sido maioritariamente desenvolvida com as jovens, conduziu à reflexão sobre as suas práticas profissionais. Com esta intervenção foi possível auxiliar as jovens a construírem um raciocínio moral mais elevado que lhes possibilitou (re)ações mais conscientes perante diversas situações, apostando na ética e na responsabilidade moral. Ademais, também trabalhámos as interações, apostando-se em dimensões, como: ouvirem, estarem atentas e respeitarem o próximo.

Paralelamente, na área das competências pessoais e sociais, foram desenvolvidas 10 sessões. Na primeira sessão (Apêndice K, pp.364-368), pretendeu proporcionar-se aos profissionais um espaço de partilha com o objetivo de trocarem ideias sobre o tema. Os profissionais partilharam imensos aspetos, nomeadamente que o défice de competências sociais condicionava o desenvolvimento saudável das jovens, provocando comportamentos menos

adequados e posturas frias entre elas, tendo a Ed. Maria referido que essas competências poderiam ser aprendidas e desenvolvidas. Assim, em conjunto, considerou-se importante investir em dimensões como: o autoconhecimento e a autoestima, a resiliência, a tolerância à frustração, a assertividade, a gestão das emoções, as relações interpessoais, a comunicação, a resolução de conflitos, a cooperação e o trabalho em equipa. Ao longo do tempo, as jovens também foram dando conta dos vários aspetos trazidos pelos profissionais. Contudo, pelos seus discursos, destacavam a importância de ouvirem os outros e estarem com eles de forma mais positiva, as questões das emoções, do trabalho em equipa, realçando a importância da existência de sentimentos positivos para consigo e para com os outros e, ainda, a importância de se investir ao nível da autoestima e confiança em si e nos outros. Apesar de termos aceite o desafio de trabalhar estas dimensões com as jovens, esta sessão teve também como objetivo que os profissionais refletissem sobre o seu contributo para essas questões, procurando estimular-se a capacidade crítica e reflexiva, bem como o desenvolvimento de atitudes de responsabilização perante o trabalho que desenvolviam (Carvalho & Baptista, 2004; Gomes, 2010), uma vez que estava nas suas mãos darem continuidade à intervenção iniciada no âmbito deste Projeto. Os profissionais confirmaram a utilidade da sessão, referindo, por exemplo, que tinha permitido: “pensar que nunca podemos achar que é tarde para começar a dar passos, investindo em áreas tão importantes para elas” (Dra. Rita). Na segunda sessão (Apêndice K, pp.369-372), pretendeu-se que as jovens pensassem como se caracterizavam enquanto grupo. Foi possível verificar que as jovens tiveram tendência para se focarem em aspetos menos positivos. Perante isso, foram também incentivadas para refletirem em aspetos positivos do grupo. As jovens consideraram a sessão positiva, tendo destacado que: “deu para pensar sobre aspetos que temos de melhorar para o nosso bem” (Luana); “deu também para ver que nem tudo é mau e quando queremos conseguimos ser umas para as outras” (Yasmine). Na terceira sessão (Apêndice K, pp.372-376), refletimos sobre a linguagem do nosso corpo, o seu papel na comunicação com os outros e deu-se espaço para a partilha de opiniões relativamente ao poder que o olhar, os gestos, as expressões faciais e a postura poderiam ter na nossa interação com outras pessoas. Lançámos às jovens o desafio de representarem diferentes estados de espírito através dos elementos corporais que tínhamos identificado e falámos sobre a voz, bem como sobre as suas

características, lançando questões que incentivaram a partilha no grupo, percebendo-se que a forma como lidamos e nos relacionamos interfere no conteúdo e na qualidade das relações (Dias, 2004). O balanço da sessão foi positivo, como se pode verificar através dos discursos: “deu para perceber que às vezes temos dificuldade em comunicar da melhor forma” (Luana); “já fui mal interpretada porque não escolhi o tom de voz mais correto” (Sacaninha). A quarta sessão (Apêndice K, pp.376-382), teve como principal objetivo a partilha sobre os sentimentos, tendo-se estendido à partilha sobre dificuldades e facilidades na integração na CAR e no grupo. Houve espaço para dialogarmos sobre a importância de reconhecermos os nossos sentimentos, recorrendo-se ao pensamento, à escrita e ao desenho para identificarem sentimentos positivos e negativos. Posteriormente, de forma voluntária partilharam o que determinados sentimentos provocavam nelas, tendo todas acabado por participar. A atividade “Atravesse a linha” teve como objetivos promover o auto e heteroconhecimento, valorizar o respeito mútuo e reconhecer que os problemas que sentiam como únicos podiam ser partilhados por outras jovens. Apesar de as jovens terem considerado que falar sobre sentimentos nem sempre era fácil, concordaram que partilhá-los com pessoas que sentissem ser confiáveis as poderia ajudar. No final, reconheceram a pertinência da sessão, tendo referido que: “gostei da sessão, deu para perceber que todas nós temos sentimentos e que, por vezes, o que sentimos é parecido ou igual ao que outra pessoa já sentiu ou sente” (Pipoca Mendes); “aprendi que os sentimentos são vividos por todas nós de forma diferente e é preciso entender e respeitar isso” (Lili). Ademais, as jovens salientaram terem apreciado o facto de terem tido a possibilidade de desenhar, uma vez que algumas tinham dificuldades na escrita, o que se traduziu no respeito pelas suas características, comentando que tinham apreciado o facto de estarmos atentas a esses detalhes. Na sua perspetiva, a estratégia mobilizada tinha-as ajudado a irem mais além, capacitando-as para a exploração do que sentiam em diversas situações das suas vidas. Partilharam connosco que não sentiram o tempo a passar porque “estivemos muito concentradas” (Gaiata) e “distraídas com o que estávamos a fazer” (Pipoca Mendes), tendo perdido a noção das horas, o que revelou ser uma evolução no grupo, uma vez que tendiam a não ter interesse nas atividades, acabando por se distrair e desmotivar facilmente. A quinta sessão (Apêndice K, pp.382-389), foi dedicada aos valores que considerávamos importantes para nos relacionarmos

com os outros. As jovens escolheram, arrancando de uma bola, um valor que considerassem importante na relação com os outros e para se viver em sociedade, tendo partilhado com o grupo o motivo da sua escolha. A segunda parte do exercício consistiu em as jovens fazerem uma escolha coletiva dos valores que considerassem mais importantes, tendo que negociar. Todas as jovens consideraram que a sessão tinha sido rica, mas foram unânimes ao considerarem que a segunda parte, que tinha exigido discussão e negociação, tinha sido a mais complicada. Devido à negociação que, por parte das jovens, pressupôs a exposição das suas ideias e das suas crenças, relativas aos vários valores, existiram alguns comentários menos felizes e desnecessários entre as jovens, tendo isso exigido atenção da nossa parte para compreendermos como cada uma estava a interagir com o grupo, e pedimos que as jovens pensassem na importância de saber escutar o outro respeitando-o. Na sexta sessão (Apêndice K, pp.389-393), explorou-se a questão do conflito, tentando compreenderem-se as ideias do grupo acerca do conflito, refletimos que o conflito era natural nas relações humanas e pensámos sobre a pertinência de saber lidar com os conflitos de forma positiva. As jovens foram convidadas a construir uma tempestade de ideias em torno do conceito de conflito, pensando sobre se consideravam o conflito como algo bom ou mau, tendo, para isso, recorrido a dois novelos de lã, formando uma teia. Na primeira teia predominou a cor vermelha, mas, após terem visualizado a curta metragem “Ponte”, e refletindo sobre a mesma, na nova teia as jovens espelharam um novo olhar sobre o conflito. No final, ouviram-se expressões, como: “achei muito interessante esta sessão” (Lili); “eu senti-me integrada... o que muitas vezes não acontece aqui na CAR” (Fred); “gostei muito de ver a teia a surgir, foi giro” (Pipoca Mendes). É de salientar que, ao longo desta sessão, as jovens foram sendo capazes de articular com questões já trabalhadas em sessões anteriores, referindo, por exemplo, que a comunicação e a cooperação eram muito importantes para a resolução de conflitos. A sétima sessão (Apêndice K, pp.393-398) permitiu que falássemos sobre o pensamento, identificando pensamentos que nos ajudavam e pensamento que nos “deitavam abaixo”. Também refletimos sobre a importância de termos pensamentos positivos em relação à vida, tendo cada participante dado ao grupo um conselho ou dica para se conseguir ter um pensamento mais positivo. Quase a terminar a sessão, pedimos que cada jovem tirasse de um saco preto, à sorte, papéis que continham

mensagens relacionadas com motivação e pensamento positivo face à vida, tendo todas demonstrado vontade de as ler em voz alta para o grupo. É de referir que, no início da sessão, a Fred tinha referido que não estava disposta a participar na mesma, mas, depois, acabou por se envolver. A maior parte das jovens reconheceu que responder à questão “o que eram pensamentos” tinha sido uma tarefa um pouco complexa, mas, de acordo com as suas expressões, a sessão tinha sido pertinente. Na oitava sessão (Apêndice K, pp.398-406), debruçámo-nos sobre o conceito de empatia, tendo-nos apoiado no resumo de uma história de um livro que abordava uma história sobre adolescentes e empatia. Na segunda parte da sessão, o grupo teve a oportunidade para expor situações individuais relacionadas com dificuldades que encontravam, vivenciassem ou já tivessem vivenciado no relacionamento interpessoal, tendo essas situações sido escritas e baralhadas, de modo a manter o anonimato. Cada jovem teve de assumir os problemas como se fossem seus, expressando como se sentiriam naquela situação e que soluções consideravam poderem existir. Após ter sido apresentada uma curta metragem, enumerámos aspetos importantes para que existisse um olhar mais atento para com os outros. Assim, as jovens desenvolveram a capacidade de se colocarem no lugar do outro e a capacidade de resolverem situações quotidianas, o que favoreceu o desenvolvimento de competências pessoais e de relacionamento interpessoal (Strecht, 2002), sendo de referir que, ao longo da sessão, as jovens foram demonstrando níveis diferentes de dificuldade em colocar-se no lugar das outras pessoas. O balanço da sessão foi positivo, ouvindo-se algumas expressões, como: “aprendi que esse sentimento pode ser muito importante para compreendermos as dificuldades das pessoas com quem convivemos e vivemos... pode ajudar a diminuir e, até, evitar conflitos” (Yasmine); “por vezes era tão mais simples se tentássemos perceber que problemas os outros estão a enfrentar” (Fred). A nona sessão (Apêndice K, pp.406-412) esteve relacionada com o tema da sessão anterior, procurando-se inspirar o sentimento de empatia e a integração entre os elementos, estimular a boa convivência no contexto institucional, promover a identificação pessoal, identificar sentimentos e partilhá-los com o grupo. Primeiramente, falámos sobre o significado das cores e sobre o que elas transmitiam a cada uma das jovens. Depois, foram convidadas a fecharem os olhos, pensando no que estavam a sentir e atribuindo uma cor a esse sentimento, e pedimos para que pintassem um cartão com essa cor e que

escrevessem o(s) sentimentos(s). Estando atentas ao grupo, apercebemo-nos de que algumas jovens tinham dificuldade em manter os olhos fechados, tendo-lhes sido dito que poderiam realizar a atividade de olhos abertos. Após terem partilhado em grande grupo, deu-se a possibilidade de trocarem os cartões entre si. Foi ainda pedido que o grupo escolhesse, de forma consensual, uma palavra que caracterizasse o momento, sendo que gritámos “amor”, uma vez que tinha sido a palavra escolhida. No final, referiram que a sessão tinha corrido bem e demonstraram ter gostado da mesma, tendo referido que: “a atividade das cores foi muito original. Gostei de tudo” (Luana); “todas nós temos todo o tipo de sentimentos. Nuns dias sentimo-nos melhor que outros e é importante termos pessoas que nos ajudem a ficar melhor. Esta sessão hoje ajudou-me imenso. Obrigada” (Núria). A última sessão (Apêndice K, pp.412-418) foi dedicada à reflexão sobre o presente e o futuro. As jovens desenharam retratos que representavam o seu presente e o seu futuro, tendo havido, posteriormente, um momento de partilha sobre os mesmos. Após isso, foi pedido às jovens que representassem a separação que consideravam existir entre o momento atual e o que almejavam alcançar. As jovens evidenciaram que tinham sentido mais dificuldade em representar e falar acerca do presente. No entanto, realça-se o facto de terem considerado a sessão positiva. Esta sessão revelou a existência de um maior sentimento de pertença ao grupo, que se tinha constituído num espaço de acolhimento de sentimentos e de segurança para a criação de estilos novos de relação entre as mesmas (Strecht, 2002). Com esta sessão, pretendeu-se também desenvolver a capacidade de escuta, na medida em que as opiniões de todas foram ouvidas, o que promoveu o auto e heteroconhecimento sobre as diferentes perspetivas de vida. Por um lado, uma das metas da sessão era alcançar a empatia, dado que, após o grupo ouvir-se de verdade, cada um dos seus membros poderia construir passos que fossem mais pautados pela solidariedade no dia a dia institucional, alargando para outros campos da vida. Por outro, tentou-se que a sessão se constituísse como um exercício de autorreflexão, pensando-se em rotas para a realização de objetivos, de desejos e de sonhos para o futuro.

5.2. AÇÃO 2: “O RECONHECIMENTO: UMA CHAVE PARA A AUTOESTIMA”

A Ação 2, denominada pelas jovens e pelos profissionais “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima” (Apêndice I, p.303), decorreu entre maio e junho de 2019, com encontros semanais, num total de quatro sessões (Apêndice J, pp.305-306). Esta Ação pretendeu dar resposta ao problema “Baixa autoestima das jovens e falta de reconhecimento das jovens pelos profissionais da EE”. Assim, esta Ação procurou auxiliar os profissionais a identificarem a relevância do reconhecimento para um crescimento positivo das jovens, tendo sido desenvolvida uma intervenção com os profissionais e com as jovens. Com as jovens, investiu-se na esfera das competências sociais, especialmente na dimensão do auto e heteroconhecimento, da autoestima, da resiliência e da autoconfiança, abrindo-se espaço para a realização pessoal e social. Após terem sido estabelecidas conversas intencionais com os profissionais da EE, convidámo-los para participarem numa sessão (Apêndice K, pp.438-444) que teve como objetivo trocarem ideias sobre o tema, refletindo sobre ele e procurando estratégias que poderiam mobilizar no sentido de promoverem a autoestima e a confiança das jovens. Nessa sessão, a partir de duas frases, os profissionais desmistificaram o que significava para eles o reconhecimento, conseguiram refletir sobre a importância da sua aplicabilidade no dia a dia das jovens e discutiram sobre as diversas estratégias que poderiam mobilizar para reconhecerem as jovens no seu todo. Terminada a sessão, algumas ideias partilhadas pelos profissionais foram: “foi importante porque deparamo-nos a pensar no quão pequenos gestos podem ter um grande impacto nas jovens” (Ed. Ribeiro); “pudemos partilhar as ideias que tínhamos e completámo-nos uns aos outros com os nossos pensamentos” (Ed. Vicente). Era também nossa intenção que percebessem que cada um tinha importância na promoção da confiança e da resiliência das jovens, visto serem figuras de referência para elas, e que, com a alteração de práticas e posturas no quotidiano, poderiam fazer a diferença, alcançando passo a passo as mudanças desejadas (Strecht, 2002). A segunda sessão (Apêndice K, pp.444-450), realizada com as jovens, teve como objetivos que elas refletissem sobre as suas características pessoais e percebessem como cada uma era diferente, reconhecendo-se como única. Foi pedido às jovens que

listassem, no mínimo, cinco características próprias e, depois, pensassem em quais, de entre essas características, eram as que facilitavam a sua vida e quais as que a dificultavam, tendo-as este exercício ajudado a identificarem características pessoais, qualidades e defeitos. As jovens referiam que tinham gostado da sessão, mas que tinham tido alguma dificuldade em escreverem as características e que a sessão as tinha feito pensar em si e nos outros, concluindo, no entanto, que nem sempre era fácil falar sobre o que pensavam acerca de si próprias: “é difícil falarmos sobre nós próprios” (Lili); “tive de pensar algum tempo antes de escrever” (Ariana); “tive que pensar muito para escrever os meus pontos fortes” (Fred); “senti mais facilidade em pensar nas coisas más em mim, mas até foi por isso que, depois, ao partilhar falei mais sobre as características boas, pois, embora tenha consciência das más, acho importante pensarmos no que temos de melhor. Achei interessante falarmos sobre o que temos de bom” (Pipoca Mendes). Na terceira sessão (Apêndice K, pp.450-453), as jovens foram incentivadas a refletir sobre o elogio e sobre o que o mesmo poderia envolver. Para além disso, em frente a um espelho, praticaram o elogio a si próprias e às colegas. O balanço da sessão foi positivo, trazendo-se para aqui algumas partilhas: “foi estranho, mas senti-me bem ao ouvir coisas boas sobre mim” (Bandeirinha Júnior); “foi muito agradável porque é sempre bom ouvir e dar elogios” (Pipoca Mendes); “conseguimos perceber que receber nem que seja um elogio faz-nos sentir melhores” (Lili); “acho que a sessão correu bem e demos muita importância à palavra e colocámos em prática o elogio” (Luana); “como tem sido costume, tenho gostado imenso do que fazemos. Esta não foi exceção, acho que a sessão teve muito potencial e estimulou a estarmos mais próximas umas das outras” (Sacaninha); “podemos lembrar-nos das coisas que acham boas em nós para nos sentirmos melhor” (Yasmine). A quarta sessão (Apêndice K, pp.454-456) incidiu na reflexão sobre as atitudes que às vezes tínhamos perante os outros, sem nos darmos conta de quanto isso os prejudicava, tendo-se mobilizado, para o efeito, a questão dos sonhos. Refletimos também sobre a importância da autoestima e da confiança para conquistarmos os nossos sonhos. No final da sessão, as jovens partilharam alguns aspetos, como: “ainda estou chocada... gostei muito da sessão, passou uma mensagem enorme” (Luana); “quando me apercebi já era tarde, o que me deixou um pouco triste, mas o importante foi refletirmos nas nossas atitudes e isto foi um jogo, o que importa é na vida a sério” (Ariana); “foi uma atividade

muito original e deu para pensar” (Fred); “deu para refletir que no fundo a tarefa era mesmo cada uma cuidar do seu sonho, não se preocupando com o querer destruir os das outras” (Núria); “senti que entrámos todas na brincadeira e estávamos concentradas em estourar, não nos lembrando que os balões representavam sonhos importantes para cada uma de nós” (Sacaninha).

Ainda que tenha sido um processo gradual, ao longo das sessões e em diferentes momentos do quotidiano, as jovens foram sendo capazes de: conhecer mais de si próprias (pontos mais e menos positivos), ter atitudes positivas para consigo mesmas, valorizar-se, ter uma perceção mais positiva de si e das colegas, sentindo-se mais valorizadas e confiantes. Por outro lado, os profissionais foram conseguindo adotar práticas, apostando em pequenas atitudes no sentido de reconhecer e valorizar as jovens no seu todo, o que notoriamente tinha um impacto positivo nas jovens e contribuía para o estabelecimento de relações mais positivas com os pares. Nos seus discursos e nas suas práticas, ao longo das várias sessões, todas as jovens reconheceram momentos de convívio e interação, partilha de sentimentos, de opiniões, de experiências, bem como de dificuldades. Contudo, podemos considerar que, sendo as competências pessoais influenciadas pelas características da personalidade dos sujeitos e pelas experiências ao longo do desenvolvimento, isso tenha transparecido ao longo das sessões, quando as jovens se demonstravam mais incompreensivas, desrespeitosas, sendo algumas vezes emitidos julgamentos acerca do que era dito. Assim, foi pertinente ao longo dos encontros grupais: a construção de uma relação positivas com as jovens, onde se deu lugar para a descoberta de si e dos outros, respeitando-se; a empatia, procurando-se compreender os sentimentos, as emoções e os estados de espírito das jovens ao longo da intervenção, apostando-se em formas de comunicação mais horizontais e próximas, invés de autoritárias; a cooperação, valorizando-se a partilha e a colaboração entre as jovens e incentivando-se a resolução dos desafios em conjunto; a comunicação, desenvolvendo-se com elas a capacidade de expressarmos de forma autêntica as nossas perceções, perspetivas, conhecimentos e emoções, mas tendo atenção à forma como o fazíamos; a participação, valorizando-se a participação de todas, gerando-se um clima de confiança, absolutamente necessário para o desenvolvimento de relações mais positivas entre elas; o autoconceito positivo, apelando-se ao desenvolvimento de uma opinião positiva sobre elas próprias que, ao mesmo tempo, implicou

reconhecer, apreciar e expressar a importância do outro. Desse modo, sentimentos, como a confiança e a segurança em si mesmas, foram sendo transmitidos ao grupo. Ademais, o desenvolvimento do conhecimento e a reflexão sobre cada uma das jovens favoreceu o reconhecimento de competências e qualidades e um maior conhecimento entre todas. Verificou-se também uma maior valorização e satisfação pessoal das jovens, como a existência do sentimento de pertença a um grupo, sendo este em determinados momentos mais coeso e unido, adquirindo funções de suporte e de apoio (Lieberman, 1998). Os comportamentos manifestados durante o relacionamento, incluindo a expressão de sentimentos, de atitudes, de desejos e de opiniões, foram sendo progressivamente transmitidos de forma mais adequada, com respeito, e as jovens reconheceram que isso minimizava a probabilidade de futuros conflitos. A aproximação e a identificação grupal contribuíram para a existência de um maior à vontade, para uma maior confiança e segurança no grupo, assim como para o fortalecimento de alguns laços entre as jovens. Nestas sessões, tornou-se evidente que o fortalecimento das relações no grupo permitiu alcançar as funções de proteção e de reconhecimento, pelo suporte conseguido no grupo e pelas interações que estimulam o desenvolvimento das pessoas, proporcionando a prova da sua existência e da sua valorização perante os outros (Paugam, 2008), tendo os profissionais contribuído decisivamente para as pequenas mudanças que se foram observando no que diz respeito à percepção de si mesmas e dos outros.

5.3.AÇÃO 3: “A SAÚDE NAS NOSSAS MÃOS”

A Ação 3, denominada pelas jovens “A Saúde nas nossas Mãos”, e com o acordo dos profissionais (Apêndice I, pp.303-304), decorreu entre junho e agosto de 2019, com encontros semanais, duas a três vezes por semana, num total de 11 sessões (Apêndice J, p.307). No âmbito do problema “Falta de higiene e de cuidado da imagem pessoal das jovens”, as jovens foram convidadas para participarem numa sessão (Apêndice K, pp.470-472) que teve como objetivo refletirem sobre o conceito de saúde. As jovens escreveram o que entendiam por

“saúde” e “bem-estar”, tendo identificado as áreas que consideravam importantes serem trabalhadas com elas. Desta sessão, surgiram assim as áreas que consideravam mais débeis nelas e, por isso, importantes para serem trabalhadas: o cuidado com a imagem pessoal, mais especificamente a higiene corporal, a higiene íntima, a higiene oral, o exercício físico, a roupa, a maquilhagem e penteados e a alimentação. Na opinião das jovens, a sessão correu bem. Depois, com o intuito de partilharmos essas informações com os profissionais e de explorarmos com eles essa temática, sugerimos uma sessão com todos. No entanto, os profissionais consideraram que, naquele momento, devido às várias funções, seria mais fácil se só estivessem apenas duas profissionais da ET e quatro profissionais da EE presentes na sessão (Apêndice K, pp.472-481). Desta sessão resultou uma reflexão em torno das questões trazidas pelas jovens e foi possível delinear uma intervenção participada. Após o debate que se gerou e de se ter chegado à conclusão que contactar serviços da comunidade poderia contribuir para uma intervenção mais adequada e eficaz, tendo também em consideração as dimensões referidas pelas jovens, os profissionais comprometeram-se a estabelecer contactos com profissionais da área da saúde, da consultoria de imagem, da nutrição, da área de cabeleireiro e da área do desporto. A terceira sessão (Apêndice K, pp.481-485) teve como objetivo atualizar a situação relativamente aos contactos, tendo-se conseguido encontrar, entre os nossos contactos e os dos profissionais, pessoas que colaborassem connosco ao longo desta Ação. É de salientar que a área do desporto ficou assegurada por profissionais da EE ligados ao desporto. Para as quarta, quinta e sexta sessões (Apêndice K, pp.485-498), deslocámo-nos com as jovens à Unidade de Saúde Familiar, onde foram abordados com as jovens os temas relativos à imagem corporal, à higiene íntima e à saúde oral. Ao longo dessas sessões, as jovens tiveram a oportunidade de estar com enfermeiros e médicos que, para além de lhes transmitirem conhecimentos acerca das diferentes questões, abriram espaço para que as jovens tirassem as suas dúvidas, participando de forma ativa, tendo as sessões, na perspetiva das jovens, sido interessantes e úteis. As sétima, décima e décima primeira sessões (Apêndice K, pp.498-503; pp.512-516; pp.517-521) foram realizadas na CAR e contaram com a presença de uma cabeleira. Nessas sessões, as jovens tiveram a oportunidade de aprender a fazer penteados, maquilhagem e manicure, sendo todas sessões muito práticas e tendo as jovens aprendido fazendo. A oitava

sessão (Apêndice K, pp.503-509) foi também realizada na instituição e as jovens tiveram a oportunidade de estar com uma consultora de imagem pessoal. Nessa sessão, as jovens foram convidadas a refletirem sobre algumas questões que as ajudariam a investir na maneira como se apresentavam. A profissional deu algumas dicas relacionadas com o vestuário que ajudariam as jovens a ganharem confiança e aconselhou-as a adquirirem hábitos de compra que visassem gastar menos dinheiro. A nona sessão (Apêndice K, pp.509-512) foi orientada por uma nutricionista, tendo a mesma falado sobre a importância de uma alimentação saudável e tendo dado dicas para se manter uma boa alimentação. Ainda no âmbito desta Ação, as jovens tiveram a oportunidade de realizar caminhadas no interior e no exterior da CAR e de praticar jogos desportivos, apostando-se na prática do exercício físico, desestimulando o sedentarismo (Apêndice K, pp.521-526). Para isso, além da nossa presença, contamos com a colaboração de três profissionais da EE. Como as jovens não realizavam atividade física havia já algum tempo, foi pertinente começarem de forma pausada, respeitando o seu ritmo, incluindo gradualmente o exercício na sua rotina diária institucional. Os jogos ocorreram durante os fins de semana, principalmente ao domingo e, para além de contarem com a presença da maioria das participantes no Projeto, outras jovens acabaram por se envolver. Com esta prática, as jovens foram sendo capazes de refletir sobre a importância do desporto e tiveram a oportunidade de transportar para o campo valores importantes para se viver em sociedade, como, por exemplo, estar atentas umas às outras e conversarem entre si. Foi possível atentar que se encorajaram mutuamente, o que contribuiu para sentimentos de maior segurança e confiança entre o grupo. Estes momentos, na opinião das jovens, foram importantes e, acima de tudo, trouxeram-lhes sensações que lhes causaram bem-estar.

Os profissionais, ao discutirem e refletirem sobre estas questões, foram capazes de compreender o conceito de promoção da saúde de uma forma mais abrangente e, com a sua cooperação, conseguimos realizar um trabalho de sensibilização com as jovens, aumentando o seu conhecimento. Encaramos a promoção da saúde como um conceito que encorajou as jovens a terem um papel ativo, atribuindo-lhes mais controlo sobre as condições e escolhas que afetavam a sua saúde e, neste sentido, o fortalecimento do conhecimento das jovens, de forma a terem posturas mais assertivas, foi crucial. Tendo por base os discursos

e as práticas decorridas ao longo desta Ação, é de salientar a aquisição de novos conhecimentos e a valorização de competências por cada uma das jovens, nomeadamente nas áreas por si privilegiadas. Estas aprendizagens constituíram um fator motivador para as mesmas, estimulando a capacidade de iniciativa, bem como a criação de expectativas mais positivas sobre si e sobre a sua imagem. Paralelamente, permitiram o desenvolvimento de um maior compromisso e responsabilização, especialmente no que diz respeito ao facto de estarem mais atentas à sua saúde. A par da grande conquista, relacionada com o facto de termos conseguido envolver profissionais e voluntários no desenvolvimento desta intervenção, ao longo das sessões foi possível perceber que as jovens foram tomando mais consciência da importância de manterem cuidado com a sua imagem pessoal, compreendendo a relevância de adotar hábitos de higiene frequentes. Todavia, reconhecemos que a intervenção neste âmbito deveria ser mais alargada, proporcionando às jovens maior reconhecimento e consciencialização sobre as variadas questões que o conceito de promoção da saúde abrange, tendo em consideração a sua realidade. O facto de a Ação 3 se ter desenvolvido em grupo, em momentos de partilha, convívio e interação, contribuiu também para o fortalecimento das relações, consolidando a confiança e segurança sentidas no grupo, a interajuda e o sentimento de pertença. Ao longo do tempo, foi possível testemunhar pequenas mudanças nos padrões de relacionamento entre pares, nomeadamente na interação entre as jovens, que facilitaram outras mudanças, especialmente a nível de comportamentos mais solidários entre as jovens, tendo existido partilha de conhecimento sobre o que cada uma tinha aprendido com as outras jovens. O envolvimento nas diversas atividades do interesse das jovens, planeadas e organizadas tendo em consideração as suas singularidades e interesses, permitiu o desenvolvimento de sentimentos de utilidade, facilitando a valorização e a satisfação pessoal. Ao longo dos vários encontros, as jovens investiram na convivência umas com as outras, apresentando maior disposição e vontade para cuidar da sua imagem pessoal, apostando em cuidados pessoais.

Toda a intervenção co-construída ao longo das Ações foi alicerçada em acompanhamentos individuais às jovens (Apêndice L, pp.542-543), revelando-se momentos privilegiados para estabelecermos uma relação de confiança, sentindo-se as mesmas confortáveis para partilharem (re)ações e sentimentos.

6. AVALIAÇÃO DE PRODUTO

Terminada a apresentação do desenvolvimento do Projeto e da avaliação de processo, torna-se pertinente apresentar a avaliação final do Projeto. De acordo com Stufflebeam e Skinkfield (1995), a avaliação de produto consiste em confrontar os resultados com os objetivos previamente formulados, olhando para tudo o que foi construído, permitindo-nos constatar que mudanças ocorreram ao longo do desenvolvimento do projeto e em que medida responderam às necessidades identificadas e foram ao encontro da finalidade.

O Projeto “(Re)Construir Vidas” foi constituído por três Ações que pretendiam dar resposta às necessidades identificadas, com vista à resolução do que era sentido como problema pelas pessoas, através da concretização dos objetivos gerais e específicos definidos.

Para avaliar a Ação 1, “Palcos de Diálogos e Reflexões”, foram criados dois grupos de discussão com os participantes, onde se deu espaço para se refletir sobre o que se tinha vivenciado ao longo da Ação, tendo sido debatida a concretização do OG1, “Promover o desenvolvimento moral e relações interpessoais adequadas” (Apêndice K, pp.419-437). Relativamente aos OE do OG1, tendo em conta os indicadores de avaliação, é de referir que o OE1.1, “Ouvir e compreender o outro, respeitando-o” (Apêndice K, pp.419-420) foi sendo alcançado em vários momentos, tendo sido um processo progressivo. Tal como mencionou a Núria, “era uma das minhas maiores dificuldades e acho que melhorei sem dúvida”. A Luana acrescentou ainda que “não posso dizer que já não me custa ouvir algumas opiniões, mas sinto que estou mais calma e tenho mais paciência para ouvir as perspetivas dos outros” e a Lili referiu que “sinto-me mais capaz para ouvir o que me têm a dizer, mesmo que não concorde”. Quanto ao OE1.2, “Partilhar espontaneamente os seus interesses, opiniões e pensamentos e respeitar o dos outros” (Apêndice K, p.420) as participantes consideraram que foi também concretizado, verificando-se uma crescente evolução. Como disse a Sacaninha, “consegui ir dizendo as minhas opiniões de forma cada vez mais verdadeira”. A Ariana expressou que “sinto que fui partilhando os meus interesses sim e que isso foi reforçando a minha relação com algumas delas”, tendo a Lili acrescentado que “aprendi que todos nós temos

opiniões que às vezes não são iguais, mas é importante respeitar isso. Posso dizer que tinha dificuldade em falar, mas sinto que isto me ajudou muito. Sinto-me mais capaz de falar para partilhar o que penso e, mesmo que às vezes me custe aceitar o que os outros dizem, consigo respeitar”. Já a Bandeirinha Júnior expôs que “se eu hoje sinto que é mais fácil falar do que acho e respeitar o que os outros pensam é também graças ao que vivemos nestas sessões”. Relativamente ao OE1.3, “Valorizar os seus sentimentos e os dos outros” (Apêndice K, pp.420-421), as jovens consideraram também que as sessões foram possibilitando alcançá-lo. Pelas palavras da Sacaninha, “conseguimos mudar a nossa atitude face aos nossos sentimentos e aos dos outros” e a Bandeirinha Júnior ainda referiu que “posso dizer que estou bem melhor em considerar o que os outros sentem. E em relação a mim também consigo valorizar o que sinto e lido melhor com o que me vem à cabeça”. A Núria complementou, dizendo que “(...) sinto que agora consigo com maior facilidade compreender o que sinto e vejo-me a revelar maior compreensão pelo que os outros sentem em determinadas situações que acontecem”. No que concerne à concretização do OE1.4, “Comunicar de forma clara” (Apêndice K, pp.421-422), consideramos que foi parcialmente atingido, tendo as jovens referido que: “de tudo acho que é onde ainda temos maior dificuldade. Acabamos por dizer coisas de que depois nos arrependemos e não falamos da melhor maneira muitas vezes” (Lili); “aprendi que a forma como comunicamos é muito importante e noto em mim um esforço para melhorar, mesmo que às vezes sinta que não consigo controlar como falo” (Núria); “eu fui sentindo que quando comunicava de forma melhor, as pessoas davam-se melhor comigo e ficavam contentes... mas às vezes é bem difícil expressar o que queremos” (Bandeirinha Júnior); “ui, comunicar de forma clara bem... é um grande problema nosso e acho que não irá desaparecer tão cedo, mas posso dizer que pelo menos nas sessões fui notando algumas melhorias e, após as sessões, em vários momentos do dia, sentia-nos mais calmas na maneira de falar” (Pipoca Mendes). Para as jovens, o OE1.5, “Compreender os conceitos de justiça e de ética” (Apêndice K, p.423), foi explorado e atingido sobretudo nas primeiras sessões. A Yasmine referiu que “perante as situações fui sendo capaz de pensar no que era mais justo e correto” e a Ariana transmitiu que “para mim falar desses conceitos é falar de valores e sem dúvida que os encontros permitiram que nós os compreendêssemos de forma mais clara e deram-nos a possibilidade de ensaiarmos várias situações”.

Relativamente ao OE1.6, “Ter consciência dos seus atos” (Apêndice K, pp.423-424), as jovens consideraram que tinha sido alcançado, tendo partilhado que “melhorei muito a este nível. Sinto que sou mais capaz de pensar no que faço e que consequências posso vir a ter” (Pipoca Mendes); “eu tento ter mais cuidado com os gestos que faço, com as palavras que digo e com as atitudes que tenho para com os outros” (Sacaninha). Por fim, as jovens consideraram que o OE1.7, “Pensar de forma crítica acerca de situações reais e acerca das situações do dia-a-dia” (Apêndice K, pp.424-425), tinha também sido concretizado, tendo referido que: “as sessões incentivaram-nos a pensar e a refletir sobre diversas situações e inegavelmente fizeram-nos pensar nos outros” (Luana); “as sessões transformaram-se em diferentes espaços com as suas particularidades, mas em todas elas foi-nos permitido refletir sobre o que nos rodeia e sobre o outro” (Pipoca Mendes). Nesta sessão, construímos as “Nuvens das aprendizagens” (Apêndice K, pp.425-427) que continham expressões que demonstraram, de outra forma, o que as sessões tinham representado para cada uma das jovens. Podem lembrar-se algumas expressões, como: “O meu tom de voz foi sendo melhor. Falo com mais calma”; “Partilhei as sessões com a minha família”; “Sinto diferenças na forma como convivemos”; “Obrigada. Por teres puxado por nós. Às vezes tinha coisas para dizer, mas tinha receio...sinto que não ficou nada por dizer. Fui sentindo mais confiança para participar”; “Acredito mais na força do diálogo, da verdade, da justiça e da partilha”. Os profissionais, além de terem considerado que as jovens foram sendo, de forma gradual, mais capazes de se ouvirem, de se respeitarem, de partilharem interesses, opiniões e pensamentos, de valorizarem os seus sentimentos e os dos outros, de comunicarem de forma mais clara em alguns momentos, de parecerem ter mais consciência dos seus atos, bem como pensarem criticamente sobre diversas situações, transmitiram que trabalhar nos OE contruídos com eles e dirigidos a eles, tinha constituído um grande desafio na prática profissional. Porém, consideraram que tinha sido possível ir sendo alcançando-os, uma vez que, tal como reforçou a DT, “houve envolvimento genuíno da parte de todos, apesar das dificuldades do dia a dia”. A Dra. Rita expôs que “ao permitirmos a discussão e a partilha de opiniões, pensamentos e sentimentos, fomos também cooperando para a criação de um ambiente mais saudável entre elas e entre nós e elas”, tendo os diferentes profissionais transmitido as suas opiniões sobre a importância das sessões desenvolvidas, bem como o seu impacto no dia a dia das jovens. Para além disso,

os profissionais refletiram sobre em que medida a forma como a intervenção tinha sido desenvolvida os tinha feito consciencializarem-se do seu papel e, ainda, sobre o impacto da mesma na vida das jovens dentro e fora da instituição. Concordámos que as conversas intencionais realizadas ao longo da Ação tinham sido fundamentais porque, como referiu a Dra. Rita, “consistiram em reflexões anteriores e posteriores relativamente a tudo o que estava a ser trabalhado” e, tendo em conta a voz dos outros profissionais, ainda tinham permitido a constante reflexão e problematização, a valorização do conhecimento de todos, a perspetiva de mudança e, como reforçou a Ed. Sofia, “foi possível vivenciar as práticas de uma outra forma, pois foram permitindo condições de reflexão, autonomia e curiosidade por parte de todos”. Refletindo sobre a continuidade da intervenção, e apesar dos constrangimentos que poderiam obstaculizar a mesma, consideraram pertinente a sua continuidade, mostrando-se conscientes de que estava nas suas mãos continuar a investir nessas dimensões. Como expôs a Dra. Carminho, “devemos permanentemente questionarmo-nos sobre o futuro e o que pretendemos (re)construir e agir em conformidade com o que achamos ser o melhor. Rostos de casas de acolhimento são bombardeados todos os dias com descomunais desafios, mas a falta de continuidade dos projetos pode gerar sentimentos prejudiciais para as jovens. Era preciso e importante vestirmo-nos com tudo o que temos e continuarmos” (Apêndice K, pp.427-437).

No âmbito da Ação 2, “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima”, criou-se um grupo de discussão, primeiro com as jovens e, depois, com os profissionais, com o intuito de avaliar a concretização do OG2, “Desenvolver o autoconceito positivo das jovens”, bem como dos respetivos OE (Apêndice K, pp.456-469). O OE2.1, “Valorizar as suas capacidades” (Apêndice K, pp.457-458), foi alcançado, tendo possibilitado conhecimento mútuo: “sinto que me fui abrindo para o grupo e isso ajudou-me a ver qualidades minhas” (Ariana); “sou mais capaz de conhecer as características boas que tenho. Acho que tudo o que vivi me foi ajudando a ver que eu também sou uma pessoa capaz. Obrigada pelas conversas a sós que tiveste comigo. Fez-me acreditar na pessoa boa que há dentro de mim” (Bandeirinha Júnior); “reconheço melhor as minhas capacidades e acho-me uma pessoa com mais valor” (Núria). Concluímos que, ao longo do Projeto, tínhamos conseguido investir no relacionamento interpessoal, na capacidade de dar e receber críticas, numa ótica construtiva, e na identificação e reconhecimento de competências e qualidades pessoais e

grupais. Quanto ao OE2.2, “Ter uma percepção positiva de si mesmas e dos outros” (Apêndice K, pp.458-459), considerámos que também tinha sido atingido, tendo, no entanto, sido um processo gradual: “as sessões incentivaram-me a aprender mais de mim e dos outros. Já houve várias vezes que me olhei ao espelho e não gostei do que via por exemplo... as sessões além de terem sido interessantes e originais fizeram com que eu transformasse o meu pensamento sobre as coisas e as pessoas” (Luana); “(...) sempre tive ideias positivas e negativas das pessoas, mas acho que me focava sempre mais nas negativas, julgando até as pessoas por isso. As nossas conversas em grupo e só contigo ajudaram-me a ter mais controlo sobre o que eu pensava ou dizia, pois na verdade, as percepções que vamos tendo dependem da nossa mente e coração” (Bandeirinha Júnior). A par disso, as jovens referiram mudanças que foram ocorrendo na forma como se relacionavam umas com as outras, tendo concluído que as sessões tinham contribuído para o auto e heteroconhecimento, para a valorização pessoal e do outro e para a criação de expectativas mais positivas sobre si e o outro. Relativamente ao OE2.3, “Sentirem-se mais valorizadas, seguras e confiantes” (Apêndice K, pp.459-462), as jovens consideraram que também tinha sido atingido. Nas suas palavras: “eu aparento ser uma pessoa cheia de confiança, o que nem sempre é verdade. As sessões ajudaram-me a sentir-me mais confiante” (Ariana); “com a vossa generosidade, ao longo das sessões, fui sentindo-me cada vez mais valorizada. Isso aconteceu porque foi-nos permitido elogiarmo-nos umas às outras. Estas sessões acrescentaram muito em mim” (Fred); “ao longo das sessões eu deixei de me anular e assumi o protagonismo da minha vida, mostrando-me mais confiante e feliz” (Luana); “(...) a forma como olhamos para nós depende somente de nós, mas, se tivermos pessoas que nos apoiam e nos dizem que estivemos bem em determinada situação, que nos dizem que somos fortes e acreditam em nós, será mais fácil. Posso dizer que me sinto mais segura e confiante” (Pipoca Mendes). Concluímos que ao longo do Projeto tínhamos conseguido trabalhar o conhecimento de si próprio e dos outros, a capacidade de ter atitudes positivas para consigo mesmas e para com os outros, a valorização pessoal e do outro, a satisfação e a confiança pessoal, a autoestima e a autoconfiança. Dando ênfase ao envolvimento dos profissionais da EE ao longo desta Ação (Apêndice K, pp.462-463), as jovens partilharam o quanto isso tinha sido importante para elas, demonstrando sentimentos de gratidão e de satisfação pessoal que tiveram repercussões a

outros níveis, tendo utilizado expressões para retratar o que tinha significado para elas: “gostei tanto de antes de ir para a cama ler aquele bilhete rosa. Dormi bem melhor” (Ariana); “todas as mensagens que fui recebendo foram capazes de me fazer sentir uma menina mais segura e feliz” (Sacaninha); “viram em mim características únicas e deram-me os parabéns por alguns gestos e atitudes meus” (Lili). Acrescentaram o quão importante seria se os profissionais continuassem a apostar nessa dimensão, referindo-se a si próprias e a outras jovens que, no futuro, vivessem na instituição. Na atividade “Puzzle das aprendizagens” (Apêndice K, pp.463-465), as jovens realizaram uma viagem pelo tempo, lembrando-se do que tinham vivenciado nas sessões, tendo havido posteriormente uma reflexão com base nas partilhas. Podem lembrar-se algumas expressões, como: “Gostei de me ver ao espelho naquele dia”; “Reconhecer-me a mim e aos outros”; “Sinto-me mais confiante”; “Há muito poder dentro de nós”. Para além de terem surgido várias expressões em torno do puzzle construído, surgiram palavras soltas que definiram o que as jovens viam e sentiam ao olhar para o puzzle: “conexão, união, organização, atitude, maior abertura aos outros, reflexão, progresso, maior autoestima, desafio, interação, dedicação, maior autoconfiança e diálogo”. No que respeita à avaliação desta Ação pelos profissionais (Apêndice K, pp.466-469), de forma geral, todos consideraram ter sido positiva, já que, como referiu o Ed. Filipe, “todos conseguimos pensar e falar sobre a importância do reconhecimento”, tendo a Ed. Cláudia acrescentado que “as reflexões possibilitaram a tomada da consciência da importância da valorização e ainda a partilha de estratégias para praticar o reconhecimento em ambiente institucional”. Considerámos que, por via desse trabalho, foram possíveis as reflexões que estimularam uma maior atenção sobre o problema e o reconhecimento da sua importância, nomeadamente no âmbito da valorização das jovens, bem como uma maior predisposição para a criação de estratégias para a sua resolução. Na opinião do Ed. Lucas, “o facto de nos termos “esforçado” para reconhecer e valorizar as jovens no seu todo, permitiu que elas criassem imagens mais positivas sobre si”, e a Ed. Maria salientou o facto de os profissionais se terem envolvido, destacando as crescentes participação e reflexão sobre “a atitude que temos perante elas, sobretudo, face a comportamentos bons que elas também são capazes de ter”. Já a Ed. Sofia partilhou que “quando demonstramos atitudes de tolerância, cooperação, partilha, sensibilidade e respeito para com elas, as

jovens reconhecem a importância desses valores e apropriam-se deles. Ou seja, além de gerarem percepções mais positivas sobre si mesmas, também geraram sobre as outras e isso foi sendo nítido ao longo das sessões, refletindo-se em alguns momentos do cotidiano”. Na perspectiva da Ed. Patrícia, “não somos uma família de verdade, mas a organização do ambiente educativo é fundamental, se construído como um ambiente relacional e securizante, em que as jovens são valorizadas e escutadas, contribui, como é notório, para o seu bem-estar e autoestima. Foi importante o envolvimento dos profissionais contínuo e genuíno, mas com este Projeto também vimos que, se possibilitamos às jovens participar, elas sentirão que são parte do processo de toda a aprendizagem”. Verificaram-se mudanças na forma como os profissionais olhavam para as jovens, ao permitirem-se elogiá-las e reconhecê-las pelas suas características e competências. Como salientou a Ed. Cláudia, “as crianças para crescerem saudáveis têm de nascer no mundo dos afetos, o que abarca o seu reconhecimento enquanto pessoa única. Falo em crianças, mas nelas é igual. Apercebi-me que os dias são sempre bons para se valorizar e que há formas muito bonitas de chegarmos até elas com atos simples”. Na voz dos profissionais, o seu envolvimento nesta intervenção tinha contribuído também para outros questionamentos importantes e o Projeto satisfaz as necessidades do grupo, tendo tido efeitos a curto e possivelmente a longo prazo: “(...) todos nós precisamos de reconhecimento e que ele é o pilar que dispara as bases para a autoestima das jovens neste caso, o impulso de que elas precisam na sua rotina diária e a força que vai permitir a construção de relações mais bonitas. Daí, é importante que elas se sintam amadas, valorizadas e apreciadas” (Ed. Cláudia); “eu apercebi-me da verdade que é que o reconhecer é uma ferramenta que nos valida para nós mesmos e para os outros. Elas foram dando a entender que, ao serem reconhecidas, sentiam-se mais visíveis. Por outras palavras, reconhecer e valorizar é permitir que elas sejam e estejam, crescendo dentro de um ambiente seguro que lhes propicie ensinamentos para uma vida lá fora” (Ed. Sofia). Como a Ed. Cláudia mencionou, “é possível educar com reconhecimento”, tendo esta intervenção possibilitado, de acordo com o Ed. Filipe, “trilhar caminhos para a realização individual e social”. Não obstante, reconheceram a importância de se continuar a investir nas dimensões em questão, uma vez que “é preciso fazer mais. Não nos esqueçamos das mudanças

que juntos conseguimos, mas é preciso continuar a caminhar nesse sentido sem nunca nos cansarmos” (Ed. Sofia).

A Ação 3, “A Saúde nas nossas Mãos”, pretendeu contribuir para a concretização do OG3, “Promover a saúde em termos globais” e respetivos OE. Para a avaliação da mesma, criámos, igualmente, dois grupos de discussão, um com as jovens e outro com os profissionais, onde individual e coletivamente os participantes refletiram sobre em que medida os objetivos tinham sido alcançados, trazendo para a sessão os seus contributos que refletiram o modo como avaliaram o que tinha sido construído (Apêndice K, pp.526-539). O OE3.1, “Cuidar da sua imagem pessoal, tendo hábitos de higiene regulares” (Apêndice K, pp.526-527), foi alcançado, tendo possibilitado uma maior consciência sobre a importância de uma imagem cuidada aliada a hábitos de higiene que foram cada vez mais frequentes e que contribuíram para encarar a higiene pessoal como um todo. Como reforçou a Fred, “sinto que tenho mais cuidado com a minha imagem e penso mais nos comportamentos que devo ter para me ajudar a estar melhor”. A Bandeirinha Júnior partilhou que “tomo banho diariamente, já não fujo tanto dele...escovo os dentes como nos ensinaram e tenho mais em atenção quando a roupa está suja”. Já a Pipoca Mendes salientou que “ajudamos umas às outras para nos lembramos das dicas e conselhos que fomos ouvindo. Também acho que agora sou mais capaz de cuidar de mim a vários níveis”. Relativamente ao OE3.2, “Identificar e adotar hábitos de vida saudáveis: atividade física, alimentação” (Apêndice K, pp.527-528), as jovens consideraram ter também sido alcançado. Não obstante, afirmaram ter sido um processo progressivo e único para cada uma delas, tendo exposto que: “fui aprendendo que ao adotar hábitos de vida saudáveis era um passo para me sentir cada vez melhor” (Bandeirinha Júnior); “gostei muito de termos conseguido praticar exercício físico e reconheci a importância dele” (Núria); “posso dizer que fui pensando em muita coisa e uma delas foi que me apercebi que ser saudável é muito mais do que não estar doente e exige de nós identificar e colocar em prática o que nos faz sentir bem e vivas, mas numa lógica saudável” (Pipoca Mendes); “sinto que tudo o que fomos ouvindo e partilhando nos ajudou a mudar algumas atitudes face ao nosso corpo” (Lili). Quanto ao OE3.3, “Reconhecer e consciencializarem-se acerca dos cuidados a ter em termos de saúde (corpo e alimentação)” (Apêndice K, p.528), foi também considerado atingido pelas jovens. A Luana referiu que “sinto-me mais responsável pela

minha saúde e pela maneira como trato o meu corpo” e a Pipoca Mendes salientou que “eu aprendi muito... Achei interessante como foram as sessões, pois, para além de termos falado sobre mudar de atitudes, falámos da importância disso para nos conduzir para uma vida mais feliz, aceitando-nos como somos e fazendo o melhor por nós”. O OE3.4, “Estarem atentas à sua saúde” (Apêndice K, p.529), na voz das jovens foi alcançado, tendo assumido que “sinto que ganhei maior independência, pois sou capaz de olhar para mim e ver o que está menos bem” (Luana); “partilho com os educadores quando não me sinto muito bem, mas no fundo acabo por ser eu que faço as minhas escolhas e decisões, assumindo as responsabilidades de estar atenta a mim e do cuidar de mim” (Núria). O envolvimento dos profissionais e dos voluntários nesta Ação foi valorizado e reconhecido por todas as jovens, tendo isso contribuído para uma maior responsabilização e para que se sentissem, progressivamente, mais valorizadas enquanto pessoas, mais motivadas para aprenderem sobre as questões e mais capazes para realizarem aprendizagens em grupo. As sessões orientadas pelos voluntários, na perspetiva das jovens, conduziram a sentimentos de maior autoestima, autoconfiança, conforto e tranquilidade (Apêndice K, pp.529-530). Com a prática do exercício físico, através das caminhadas e dos jogos desportivos, as jovens afirmaram ter reconhecido que a prática do mesmo promovia a saúde e o bem-estar, tendo partilhado várias aprendizagens alcançadas e desafios associados, espelhando alguns valores que tinham experienciado nesses momentos, nomeadamente: o da saúde, o da cooperação, o do respeito por si e pelos outros, o da amizade, o da justiça, o do empenho e o da derrota (Apêndice K, p.530). Respeitando o lugar que as vivências individuais e coletivas tiveram ao longo do processo, realizámos a atividade “Árvore das aprendizagens” (Apêndice K, pp.530-533), onde existiu espaço para recordarem o que é que as sessões tinham suscitado nelas. Podem lembrar-se algumas expressões, como: “Liberdade, Sol, Voltar ao desporto”; “Beleza, Amor próprio e responsabilidade”; “Relações contigo e com os voluntários. Mais prazer em cuidar de mim. Partilha de dicas com as outras meninas”; “Aventura. Aumento de conhecimento. Desafio”. O grupo considerou que os saberes adquiridos tinham tido impacto no seu quotidiano. No que respeita à avaliação desta Ação pelos profissionais (Apêndice K, pp.534-539), revelaram, no que respeita às questões exploradas, terem visto e sentido mudanças significativas nas jovens. No entanto, reforçaram que era necessário

mais tempo para se perceber efetivamente a mudança de atitudes. O OE3.5, “Compreender o conceito de promoção da saúde de uma forma mais abrangente” (Apêndice K, p.535), foi considerado, de forma unânime, alcançado. Considerámos que a compreensão do conceito permitiu delinear estratégias e intervenções mais ajustadas às necessidades das jovens (Delgado, 2006). Nesta lógica, a Ed. Cláudia mencionou que “deu-nos suporte para apoiar as jovens. Como costume dizer: só pode apoiar quem for apoiado e nós fomos apoiados no sentido de discutir de forma refletida sobre o assunto”, tendo a Dra. Laura acrescentado que “a meu ver foi um objetivo que demonstrou ser muito pertinente, pois criou as bases para se construir o que veio a seguir”. Relativamente ao OE3.6 “Sensibilizar as jovens para adotarem comportamentos saudáveis” e ao OE3.7 “Aumentar/melhorar o conhecimento das jovens no que respeita à saúde (cuidados com o corpo)” (Apêndice K, p.536), todos os profissionais consideraram que a intervenção tinha possibilitado uma reflexão sobre a importância da sensibilização e do aumento e aperfeiçoamento dos conhecimentos das jovens, tendo referido que “fomos possibilitando e garantindo uma aprendizagem efetiva e transformadora de atitudes e hábitos de vida” (Dra. Carminho). Na opinião da Ed. Maria, apesar de ter havido profissionais que não se tinham envolvido de forma tão ativa e comprometida, isso não tinha sido sentido de forma tão acentuada, uma vez que a forma como as sessões tinham sido realizadas, tinha atribuído às jovens um papel de protagonismo. Sobre a prática desportiva, aludiram sentir que a mesma estava a colaborar para sentimentos de maior autoestima e confiança das jovens e destacaram as interações e o desenvolvimento de competências, como as de liderança, de trabalho em equipa, de comunicação e do enfrentar as vitórias e as derrotas, importantes para as relações com os outros e com a vida. Para além disso, os profissionais destacaram o papel importante que os voluntários desempenharam, tendo sido estabelecidas conversas intencionais com os mesmos, de forma a compreender o que significou para eles esta aventura compartilhada (Apêndice K, pp.539-541) e no âmbito das quais se tomou conhecimento da vontade e da disponibilidade para continuarem a apoiar as jovens acolhidas, constituindo-se como um novo recurso para a instituição.

Assim, foram dados passos na direção da finalidade desejada. É certo que o Projeto não permitiu suprimir totalmente os problemas, no âmbito pessoal e social, com que o grupo se deparava, mas contribuiu para que o mesmo

desenvolvesse e reforçasse recursos e potencialidades no sentido de os enfrentar. Reconhecendo que o Projeto incitou melhorias ao nível do acompanhamento psicossocial, tendo sido este um motivo para (re)pensar e (re)estruturar intervenções, os profissionais consideraram todo o trabalho desenvolvido interessante e positivo, tendo destacado a possibilidade de novas aprendizagens para a sua forma de agir. De um modo geral, os atores sociais consideraram que a planificação do Projeto tinha contribuído, de modo significativo, para responder aos problemas e necessidades identificados e, por conseguinte, terá constituído um passo para que continuassem a investir nas diferentes dimensões exploradas, dado que reconheceram a sua importância para a vida das jovens. As jovens foram também unânimes em considerar que o trabalho desenvolvido tinha, ao longo do tempo, suscitado mudanças na forma como contactavam com o próximo, despertando a sua consciência para serem progressivamente mais capazes de cuidar de si, bem como para utilizarem os recursos que tinham à sua disposição (Apêndice M, pp.544-547). Há ainda a considerar que, para o desenvolvimento do Projeto, especialmente da Ação 3, tornou-se fundamental a rentabilização de recursos da comunidade envolvente. De facto, o trabalho em rede e a integração dos serviços constituíram-se como elementares, sendo que sem estes não seria possível desenvolver as sessões previstas. Importa realçar que, apesar da evolução que se sentiu no processo de capacitação das jovens e dos profissionais, a intervenção psicossocial realizada deverá ser contínua para, efetivamente, se conseguir alcançar a mudança de comportamentos, evitando uma regressão nos resultados já alcançados. Todavia, não nos esqueçamos do processo e dos resultados que se foram evidenciando na realidade, embora pequenos e graduais, visíveis na mudança de atitudes e na voz dos participantes, pois o trabalho social consiste também na valorização das pequenas conquistas. Tais conquistas comprovam que o Projeto acabou por conduzir as pessoas ao questionamento, tornando-as mais responsáveis, comprometidas, reflexivas e motivadas, sendo isso espelhado em diálogos construídos após o desenvolvimento do Projeto (Apêndice M, pp.544-547). Esta viagem culminou com um convívio especial de “despedida”, valorizando-se a sua participação e o seu envolvimento ao longo do Projeto, um momento que teve um significado especial dentro do processo do grupo e foi vivido por cada um dos participantes de forma única (Apêndice N, p.548).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Estamos constantemente à procura de nos desafiarmos e só paramos quando sabemos que aquele momento nos representa, vamos adicionando amor, persistência e até misturas improváveis. Nós, que temos tendência para treinar para ser tudo, porque não treinamos para Ser? Para termos a sensibilidade de olhar para o outro e para as situações que enfrenta de forma humana? Apesar de considerarmos que nestas páginas não foi possível espelhar toda a intervenção e o valor que teve para nós, olhando para a intervenção co-construída, e pensando que a vida é um convite irrecusável à mudança, podemos afirmar que esta experiência permitiu momentos de aprendizagem mútua, resultado de olhares atentos sobre as pessoas e do contacto genuíno com elas, o que possibilitou compreender, de forma mais completa e humana, os desafios vivenciados e refletir sobre formas de atuar que conduzissem à mudança. O desenvolvimento do Projeto “(Re)Construir Vidas” permitiu um crescente envolvimento e compromisso das equipas de profissionais, através da criação de momentos de reflexão e de partilha sobre as práticas adotadas, o que conduziu a reformulações sobre questões que eram sentidas pelas jovens acolhidas como problemas. Ao longo do tempo, procurou-se o reconhecimento, a valorização e a aquisição de competências e potencialidades de um grupo de jovens a vivenciar a realidade do acolhimento residencial, partindo dos problemas e necessidades por si identificadas, assim como dos seus recursos pessoais e da comunidade. Neste sentido, privilegiando-se a metodologia de Investigação Ação-Participativa, foi possível conceder aos coparticipantes o papel principal em toda a intervenção desenvolvida que se regeu por princípios, como a cooperação, o diálogo, a corresponsabilização e a partilha (Lima, 2003). Assim, apesar de considerarmos que o Projeto teve impacto nos participantes, o que foi possível constatar nas pequenas mudanças, mas sentidas como significativas, não podemos deixar de referir que foi através da construção e desconstrução de passos que as pessoas foram sendo capazes de dar novos significados e de estruturarem um futuro mais sorridente, constituindo-se assim como sujeitos mais autónomos e responsáveis pela sua forma de ser e estar perante os outros e perante a vida. Não obstante, o fator tempo revelou-se

talvez como a maior limitação do Projeto, dado que se o mesmo tivesse uma maior duração, os resultados alcançados provavelmente teriam sido ainda mais positivos, o que pressupõe uma reflexão cuidada de todos sobre a importância de apostarem num trabalho contínuo. Embora se reconheça que a promoção do desenvolvimento integral das jovens seria uma utopia a alcançar, consideramos que o desenvolvimento do Projeto permitiu caminhar nesse sentido, (re)construindo-se vidas, como o próprio nome alude. Com efeito, o Projeto permitiu o desenvolvimento e o reforço de capacidades, de competências e de recursos para os profissionais e para as jovens, agora mais preparados/as para promoverem caminhos de realização pessoal e social. Para além disso, com base numa relação empática, simbolizada pelo coração na designação do nome do Projeto, a intervenção dos profissionais estará a cooperar para que a CAR se aproxime de um ambiente familiar, proporcionando um trabalho de maior proximidade, também potenciador do pleno desenvolvimento das menores. Neste sentido, acreditamos que a pedra angular da mudança foi visível através dos momentos quotidianos, mas, mais importante que o conjunto de sessões que desenvolvemos conjuntamente, cremos que a qualidade da relação que fomos construindo com os atores sociais foi fundamental para a concretização de qualquer, e ainda que de pequena dimensão, processo transformador.

É importante reconhecer que construir intervenções na realidade social contemporânea do acolhimento residencial se constitui como um grande e necessário desafio diante do quotidiano, onde emergem diversas formas de ser, estar e agir. Perante isso, as circunstâncias atuais obrigam a um esforço pessoal de quem pretende melhorar as suas práticas e investir em intervenções mais adequadas, contextualizadas e humanistas. Paralelamente, é de realçar a importância reconhecida do desenvolvimento de projetos em Educação e Intervenção Social num contexto de acolhimento residencial, onde é bom lembrar que existe um mundo inteiro dentro de cada um e tocar nesse lugar íntimo é um ato de responsabilidade, sendo necessário questionar se estamos dispostos para estar e ouvir os sujeitos no terreno, investindo em intervenções participadas referidas e defendidas por vários autores no âmbito da intervenção psicossocial (e.g., Cembranos et al., 2007; Simões et al., 2006; Timóteo & Bertão, 2012) e onde se dá espaço para que os coparticipantes possam perpetuar o Projeto, confiando em si próprios e nas suas capacidades de construção de futuros melhores.

REFERÊNCIAS

- Ahrens, K. R., DuBois, D. L., Garrison, M., Spencer, R., Richardson, L. P., & Lozano, P. (2011). Qualitative exploration of relationships with important non-parental adults in the lives of youth in foster care. *Children and Youth Services Review*, 33, 1012–1023. Disponível em <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S019074091100017X?via%3Dihub>.
- Alberto, I. M. (2003). Como pássaros em gaiolas? Reflexões em torno da institucionalização de menores em risco. In C. Machado, & R. A. Gonçalves (Eds.), *Violência e vítimas de crimes: Vol. 2 – Crianças* (pp.223-244). Coimbra: Quarteto.
- Almeida, C., Boterf, G., & Nóvoa A. (1996). *A avaliação participativa no decurso dos projetos: reflexões a partir de uma experiência de terreno (programa JADE)*. Lisboa: Universidade de Lisboa.
- Almeida, J., & Pinto, J. (1990). *A investigação nas Ciências Sociais*. Lisboa: Editorial Presença.
- Almeida, L., & Freire, T. (2003). *Metodologia da investigação em Psicologia e Educação*. Braga: Psiquilibrios Edições.
- Ander-Egg, E. (2000). *Metodología y práctica de la Animación Sociocultural*. Madrid: Editorial CCS.
- Araújo, L. S., Cruz, J. F., & Almeida, L. S. (2010). A entrevista no estudo da excelência: Uma proposta. *Psychologica*, 52(1), 253-279.
- Assumpção, J. J., & Campos, L. M. S. (2011). Avaliação de projetos sociais em ONGs da Grande Florianópolis: Um estudo sobre modelos relacionados ao foco de atuação. *Revista de Administração Pública*, 45(1), 209-242. Disponível em <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-76122011000100010>.
- Bogdan, R., & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação: Uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora.
- Boutinet, J. (2002). *Antropologia do projecto*. Lisboa: Artmed.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent–child attachment and healthy human development*. London: Basic Books.
- Capul, M., & Lemay, M. (2003). *Da educação à intervenção social*. Porto: Porto Editora.

- Cardoso, R., & Moreira, D. (2017). Da educação à intervenção social: a construção do conhecimento na transformação da realidade. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación*, 5, 102-106.
- Carvalho, A. D., & Baptista, I. (2004). *Educação Social – Fundamentos e estratégias*. Porto: Porto Editora.
- Cembranos, F. Montesinos, D., & Bustelo, M., (2007). *La animación sociocultural: Una propuesta metodológica* (14ª edição). Madrid: Editorial Popular.
- Collins, M. E., Spencer, R., & Ward, R. (2010). Supporting youth in the transition from foster care: Formal and informal connections. *Child Welfare*, 89, 125–143. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20565016>.
- Coutinho, C. (2013). *Metodologia de investigação em Ciências Sociais e Humanas: Teoria e prática* (2ª ed.). Coimbra: Edições Almedina.
- Coutinho, C. P., Sousa, A., Dias, A., Bessa, F., Ferreira, M. J., & Vieira, S. (2009). Investigação-acção: Metodologia preferencial nas práticas educativas. *Psicologia, Educação e Cultura*, 13(2), 455-479. Disponível em <http://hdl.handle.net/1822/10148>.
- Decreto-Lei n.º 147/99. *Lei de Proteção de de Crianças e Jovens em Perigo*. Diário da República I Série – A n.º 204 de 1 de setembro de 1999, 6115 – 6132. Recuperado de <https://dre.pt/application/conteudo/581619> em 6 de novembro, 2018.
- Decreto-Lei n.º 26/2018. *Quinta alteração à Lei de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo*, aprovada pela Lei nº 147/99, de 1 de setembro. Diário da República – I Série – N.º 128 de 5 de julho de 2018, 7198-7232. Recuperado de http://www.pgdlisboa.pt/leis/lei_mostra_articulado.php?nid=545&tabela=leis&so_miolo=.
- Delgado, P. (2006). *Os direitos das crianças. Da participação à responsabilidade*. Porto: Profedições.
- Delgado, J., & Gutiérrez, J., (1999). *Metodos y técnicas cualitativas de investigación en Ciencias Sociales*. Madrid: Editorial Síntesis, S.A.
- Depreau, S., Saint-Jacques, M. C., Lépine, R., Bégin, G., & Bernard, M. (2007). Processes that contribute to resilience among youth in foster care. *Journal*

- of *Adolescence*, 30, 977-999. Disponível em <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2007.01.005>.
- Dias, F. (2004). *Relações grupais e desenvolvimento humano*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Eira, S. (2014). *Crianças e jovens institucionalizadas: Visitas a casa e impacto emocional* (Dissertação de Mestrado não publicada). Universidade Autónoma de Lisboa, Lisboa, Portugal. Disponível em <http://repositorio.ual.pt/handle/11144/694>.
- Faria, S., Salgueiro, A., Trigo, M., & Alberto, I. (2008, fevereiro). *As narrativas de adolescentes institucionalizadas: Perceções em torno das vivências de institucionalização*. Comunicação apresentada no I Congresso Internacional em Estudos da Criança, Braga, Portugal. Retirado do Repositório da Universidade Católica Portuguesa.
- Formosinho, J., Araújo, S. E., & Sousa, Z. (2002). A institucionalização enquanto transição ecológica: A fenomenologia da experiência no momento de pós-transição. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 17, 267-276.
- Franco, V. (2007). Dimensões transdisciplinares do trabalho em equipe em intervenção precoce. *Interação em Psicologia*, 11(1), 113-121.
- Garnezy, N. (1991). Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments. *Pediatric Annals*, 20, 459-466.
- Gomes, I. (2010). *Acreditar no futuro*. Alfragide: Texto Editores, LDA.
- Guerra, I. (2010). *Fundamentos e processos de uma Sociologia de ação: O planeamento em ciências sociais* (2ªEd.). Paredes: Princípia.
- Guerra, P. (2016). *Lei de Protecção de crianças e jovens e perigo: anotada*. 2ª edição revista e aumentada. Coimbra: Edições Almedina.
- Hamalainen, J. (2016). The origins and evolution of child protection in terms of the history of ideas, *Paedagogica Historica*, 52(6), 734-747. Disponível em <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00309230.2016.1240210?journalCode=cpdh20>.
- Hébert, L. M., Goyette, G., & Boutin, G., (1990). *Investigação qualitativa: Fundamentos e práticas*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Instituto da Segurança Social, I. P. (2003). *Manual de boas práticas – Um guia para o acolhimento residencial das crianças e dos jovens*. Lisboa: Instituto da Segurança Social, I. P.

- Latorre, A. (2003). *La investigación-acción. Conocer y cambiar la práctica educativa*. Barcelona: Editorial Graó.
- Legault, L., Anawati, M., & Flynn, R. (2006). Factors favouring psychological resilience among fostered young people. *Children and Youth Services Review*, 28, 1024–1038. Disponível em <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2005.10.006>.
- Lieberman, M. (1998). Grupos de autoayuda. In H. Kaplan & B. Sadock, *Terapia de grupo* (pp.321-334). Madrid: Panamericana, S. A.
- Lima, R. (2003). *Desenvolvimento levantado do chão...com os pés assentes na terra. Desenvolvimento local. Animação Comunitária. Investigação participativa* (Tese de Doutoramento não publicada). Universidade do Porto, Porto, Portugal. Disponível em <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/53042>.
- Luthar S. S., & Cicchetti D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Developmental Psychopathology*, 12, 857–85. Disponível em <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11202047>.
- Martins, P. (2005, maio). *A qualidade dos serviços de proteção às crianças e jovens – as respostas institucionais*. Comunicação apresentada no encontro VI Encontro Cidade Solidária: Crianças em risco: será possível converter o risco em oportunidade?, Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, Fundação Calouste Gulbenkian, Lisboa.
- Mendonça, M. (2002). *Ensinar e aprender por projectos*. Alfragide: Edições ASA.
- Monteiro, A. (1996). A avaliação nos projetos de intervenção social: reflexões a partir de uma prática. *Sociologia – Problemas e Práticas*, 22, 137-154.
- Moreno, A. (1996). Psicología del desarrollo, del desamparo y de la inadaptación. In E. González (Coord.), *Menores en desamparo y conflicto social* (pp.85-134). Madrid: Editorial CCS.
- Mota, C. P., & Matos, P. M. (2008). Adolescência e institucionalização numa perspetiva de vinculação. *Psicologia & Sociedade*, 20(3), 367-377.
- Munson, M. R., & McMillen, J. C. (2009). Natural mentoring and psychosocial outcomes among older youth transitioning from foster care. *Children and Youth Services Review*, 31, 104–111. Disponível em: [10.1016/j.childyouth.2008.06.003](https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2008.06.003).
- Ortega, J. (Coord.) (1999). *Educación social especializada*. Barcelona: Ariel.

- Pacheco, A. (2010). *Ancorados num Porto de Abrigo: Exploração e avaliação da realidade de uma instituição de acolhimento de crianças e jovens em situação de risco* (Dissertação de Mestrado não publicada). Universidade do Porto, Porto, Portugal. Disponível em <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/112157>.
- Pacheco, P. J. (2010). *Lares de Infância e Juventude: contributos para um modelo de acolhimento e integração social*. Disponível em: <http://bdigital.ufp.pt/handle/10284/1946>.
- Paolo, E. (2013). *Acolhimento de emergência de crianças e jovens em perigo na perceção das adolescentes* (Dissertação de Mestrado não publicada). Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa, Portugal. Disponível em recil.grupolusofona.pt/handle/10437/5035.
- Paugam, S. (2008). *Le lien social*. França: Presses Universitaires de France.
- Payne, M. (2002). *Teoria do trabalho social moderno*. Coimbra: Quarteto.
- Pereira, V., & Pessanha, M. (2014). Tornar-se adulto na casa 5. Promover a autonomia individual em apartamento de autonomização. In P. Delgado et al. (Coords.), *Pedagogia/Educação Social - Teorias & Práticas. Espaços de investigação, formação e ação* (pp. 262-267). Porto: Escola Superior de Educação do Politécnico do Porto.
- Pereira, M. (2008). *Desenvolvimento de crianças em centros de acolhimento temporário e relação com os seus cuidadores* (Dissertação de Mestrado não publicada). Universidade do Minho, Braga, Portugal. Disponível em <http://hdl.handle.net/1822/8078>.
- Petrus, A. (1998). Pedagogia Social. In P. S. Serrano (Ed.), *Investigación en Educación Social. Metodologías*. Barcelona: Ariel.
- Quivy, R., & Campenhoudt, L. V. (2013). *Manual de investigação em Ciências Sociais* (6ª Edição). Lisboa: Editora Gradiva.
- Ramião, T. A. (2017). *Lei de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo: Anotada e comentada* (8ª edição revista e atualizada). Lisboa: Quid Juris.
- Sampieri, R., Collado, C., & Lucio, P. (2006). *Metodologia para a investigação social*. São Paulo: McGraw-Hill.
- Santos, M. (2010). *O acolhimento institucional prolongado de jovens em risco - A experiência passada de institucionalização e o seu significado atual para os sujeitos adultos* (Dissertação de Mestrado, não publicada). Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal. Disponível em

- <https://estudogeral.sib.uc.pt/bitstream/10316/15593/1/Tese%20Maria%20oAdelaide%20Santos.pdf>.
- Santos, B. S. (1995). *Um discurso sobre as ciências* (7^a ed.). Porto: Edições Afrontamento.
- Serrano, P. S. (2003). *Pedagogía Social – Educación Social. Construcción científica e intervención práctica*. Madrid: Narcea Ediciones, S. A.
- Serrano, G. (2008). *Elaboração de projectos sociais: Casos práticos*. Porto: Porto Editora.
- Silverman, D. (1997). Introducing qualitative research. In D. Silverman (Eds.), *Qualitative research: Theory, method and practice* (pp. 1-7). London: SAGE.
- Simões, J., Fonseca, M., & Belo, A. (2006). Relação de ajuda: Horizontes e existência. *Revista Referência*, 2(3), 45-54.
- Siqueira, A. C., & Dell’Aglío, D. D. (2006). O impacto da institucionalização na infância e na adolescência. *Psicologia & Sociedade*, 18, 71-80.
- Soares, N. (2006). A investigação participativa no grupo social da infância. *Currículo sem Fronteiras*, 6(1), 25-40.
- Strecht, P. (2002). *Crescer vazio – Repercussões psíquicas do abandono, negligência e maus tratos em crianças e adolescentes*. Lisboa: Assírio & Alvim.
- Stufflebeam, D. L., & Shinkfield, A. J. (1995). *Evaluación sistemática. Guía teórica y práctica*. Barcelona: Paidós/MEC.
- Thomas, N., & O’Kane, C. (1998). The ethics of participatory research with children. *Children & Society*, 12(5), 336-348.
- Timóteo, I. (2010). *Educação social e relação de ajuda. Representações dos educadores sociais sobre as suas práticas* (Dissertação de Mestrado não publicada). Universidade de Évora, Évora, Portugal. Disponível em <https://dspace.uevora.pt/rdpc/handle/10174/19122>.
- Timóteo, I., & Bertão, A. (2012). Educação Social transformadora e transformativa: Clarificação de sentidos. *Sensos*, 2(1), 11-26.
- Yunes, M., Miranda, A., & Cuello, S. (2004). Um olhar ecológico para os riscos e as oportunidades de desenvolvimento de crianças e adolescentes institucionalizados. In S. H. Koller (Ed.), *Ecologia do desenvolvimento humano: Pesquisa e intervenções no Brasil* (pp.197-218). São Paulo: Casa do Psicólogo.

NM

Eliana Sofia Neves Ribeiro

(Re)Construir Vidas

Um Projeto de Intervenção Psicossocial em Contexto
de Acolhimento Residencial de Jovens

Vol. II

MESTRADO EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO
SOCIAL, ESPECIALIZAÇÃO EM AÇÃO
PSICOSSOCIAL EM CONTEXTOS DE RISCO

Eliana Sofia Neves Ribeiro

(Re)Construir Vidas

Um Projeto de Intervenção Psicossocial em Contexto
de Acolhimento Residencial de Jovens

Vol. II

Projeto submetido como requisito parcial para obtenção do grau de
MESTRE EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL

Orientação

Prof.^a Doutora Manuela Pessanha

MESTRADO EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO
SOCIAL, ESPECIALIZAÇÃO EM AÇÃO PSICOSSOCIAL
EM CONTEXTOS DE RISCO

ÍNDICE VOL. II

Anexos	91
Anexo A: Consentimento informado para a participação num Projeto de Intervenção Social	92
Apêndices	93
Apêndice A: Caracterização geral das Jovens acolhidas na CAR	94
Apêndice B: Notas de campo – Conhecimento e análise da Realidade	101
Registo das conversas intencionais com os Profissionais	101
Registo das conversas intencionais com as Jovens	192
Apêndice C: Registo de Avaliação do Contexto	231
Apêndice D: Exploração dos Problemas, respetivas Necessidades e Priorização	238
Apêndice E: Seleção de jovens para a participação no Projeto	262
Apêndice F: Caracterização das Jovens participantes no Projeto - Um universo de Histórias de Vida	270
Apêndice G: Sistematização da Avaliação de Contexto	290
Apêndice H: Desenho do Projeto “(Re)Construir Vidas”	299
Apêndice I: A escolha do nome do Projeto e das Ações	303
Apêndice J: Projeto “(Re)Construir Vidas” – a Calendarização	305
Ação 1 – “Palcos de Diálogos e Reflexões”	305
Ação 2 – “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima”	306
Ação 3 – “A Saúde nas nossas Mãos”	307
Apêndice K: Registo do Desenvolvimento do Projeto	308
Ação 1 – “Palcos de Diálogos e Reflexões”	308
Ação 2 – “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima”	438
Ação 3 – “A Saúde nas nossas Mãos”	470
Apêndice L: Acompanhamento Individual “Palavras e atitudes que (nos) fazem crescer”	542
Apêndice M: Registo de Conversas intencionais após Desenvolvimento do Projeto “O que ficou na memória, o que guardo no coração...”	544

Apêndice N: Convívio Final “As despedidas não precisam de ser más” 548

ANEXOS

ANEXO A: CONSENTIMENTO INFORMADO PARA A PARTICIPAÇÃO NUM PROJETO DE INTERVENÇÃO SOCIAL¹

No âmbito do curso de Mestrado em Educação e Intervenção Social da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico do Porto, na especialização em Ação Psicossocial em Contextos de Risco, os/as mestrandos/as concebem e desenvolvem um projeto de investigação-ação, em contextos considerados de maior risco social e vulnerabilidade.

A mestranda Eliana Sofia Neves Ribeiro foi acolhida na instituição “X”, para o desenvolvimento do projeto. O envolvimento de profissionais e de jovens é voluntário, podendo cada pessoa decidir não participar, em qualquer momento do desenvolvimento do projeto.

A mestranda elaborará um relatório escrito sem qualquer dado pessoal, que será avaliado e que estará disponível on-line, no Repositório Científico do Instituto Politécnico do Porto. Podem também resultar deste trabalho comunicações em congressos e publicações científicas.

Garante-se que a informação é confidencial, mantendo-se o anonimato e não sendo divulgados os dados pessoais das participantes nem o nome da instituição. Este documento, que tem o nome da instituição e da mestranda, será guardado na Escola Superior de Educação pela Coordenadora do Curso pelo prazo de cinco anos.

Agradece-se, desde já, a sua participação e, caso concorde em participar no projeto, solicita-se que assine este consentimento.

Confirmo que li e compreendi a informação apresentada e que tive a possibilidade de esclarecer dúvidas com a mestranda. Confirmo, ainda que, atempadamente, fui informada oralmente do conteúdo deste documento e que autorizei que a mestranda Eliana Sofia Neves Ribeiro desenvolvesse o projeto de intervenção social com o grupo de jovens da minha responsabilidade.

¹ Este consentimento foi assinado pela diretora técnica da instituição, não sendo aqui divulgada a sua assinatura, de modo a manter o anonimato.

APÊNDICES

APÊNDICE A: CARACTERIZAÇÃO GERAL DAS JOVENS ACOLHIDAS NA CAR

Jovem	Idade	Proveniência	Situação escolar	Motivos de institucionalização	Projeto de vida pessoal
Alexandra	16 anos	Zona norte	7º ano PCA ² EFA ³ – B3 (a frequentar)	Maus tratos físicos e psicológicos; negligência; problemas de comportamento em contexto escolar; condutas desadequadas e de oposição à autoridade.	Reintegração familiar
Ariana	15 anos	Zona norte	6º ano EFA – B3 (a frequentar)	Fugas constantes; abandono escolar; gosto em correr riscos; grupo de pares com comportamentos delinquentes; atitudes parentais inconsistentes, rígidas ou permissivas; abandono pela mãe;	Reintegração familiar

² Percurso Curricular Alternativo (PCA)

³ Educação e Formação de Adultos (EFA) – B3, de equivalência ao 9ºano de escolaridade

				comportamentos desafiantes e de oposição graves.	
Bandeirinha Júnior	17 anos	Zona norte	6º ano EFA – B3 (a frequentar)	Maus tratos físicos e psicológicos; condutas desviantes; abandono escolar; gosto em correr riscos; atitudes parentais inconsistentes, rígidas ou permissivas; pais com comportamentos delinquentes; abandono pelos pais; violência familiar; ruturas familiares; grupo de amigos com comportamentos delinquentes (ou que os aprova).	Autonomia de vida
Bianca	17 anos	Zona norte	7º ano EFA – B3 (a frequentar)	Negligência; exposição a comportamentos desviantes; exposição a violência doméstica; gosto em correr riscos; atitudes parentais inconsistentes, rígidas ou permissivas; pais com comportamentos delinquentes; grupo de amigos com comportamentos delinquentes (ou que os aprova).	Autonomia de vida

Fred	15 anos	Zona norte	6º ano EFA – B3 (a frequentar)	Condutas desviantes; comportamentos desafiantes e de oposição; fugas constantes; atitudes parentais inconsistentes, rígidas ou permissivas; ruturas familiares; grupo de amigos com comportamentos delinquentes (ou que os aprova).	Sem medida definida
Gaiata	17 anos	Zona norte	6º ano EFA – B3 (a frequentar)	Maus tratos físicos e psicológicos; fugas constantes; abandono escolar; gosto em correr riscos; atitudes parentais inconsistentes, rígidas ou permissivas; grupo de amigos com comportamentos delinquentes (ou que os aprova).	Reintegração familiar
Larissa	17 anos	Zona norte	6º ano EFA – B3 (a frequentar)	Maus tratos físicos e psicológicos; condutas desviantes; abandono escolar; gosto em correr riscos; atitudes parentais inconsistentes, rígidas ou permissivas; violência familiar; grupo de amigos com comportamentos delinquentes (ou que os aprova).	Autonomia de vida

Lia	17 anos	Zona norte	EFA – B3 Curso profissional de animação sociocultural (a frequentar)	Condutas desviantes; absentismo escolar; incapacidade na supervisão e acompanhamento familiar; atitudes parentais inconsistentes, rígidas ou permissivas; ruturas familiares; grupo de amigos com comportamentos delinquentes (ou que os aprova).	Autonomia de vida
Lili	16 anos	Zona norte	6º ano (ensino especial) EFA – B3 (a frequentar)	Condutas desviantes; fugas constantes; gosto em correr riscos; atitudes parentais inconsistentes, rígidas ou permissivas; ruturas familiares; grupo de amigos com comportamentos delinquentes; comportamentos desafiantes e de oposição; ameaças e intimidação; furtos/roubo; pais com comportamentos delinquentes;	Reintegração familiar
Luana	15 anos	Zona norte	5º ano EFA – B3 (a frequentar)	Condutas desviantes; fugas constantes; abandono escolar; gosto em correr riscos; atitudes parentais inconsistentes, rígidas ou	Reintegração familiar

				permissivas; ruturas familiares; grupo de amigos com comportamentos delinquentes.	
Neuza	18 anos	Zona centro	Ensino básico: Centro Integrado de Apoio à Deficiência	Abandono dos pais; comportamentos desafiantes e de oposição; falta de supervisão e acompanhamento familiar.	Acolhimento permanente
Núria	17 anos	Zona norte	8º ano EFA – B3 (a frequentar)	Fugas constantes; abandono escolar; condutas desviantes; gosto em correr riscos; atitudes parentais inconsistentes, rígidas ou permissivas; grupo de pares com comportamentos delinquentes; furtos; ameaças e intimidação; comportamentos agressivos.	Autonomia de vida
Onika	17 anos	Zona norte	EFA – B3 Curso profissional de turismo (a frequentar)	Negligência (falta de supervisão e acompanhamento familiar); abandono escolar.	Reintegração familiar
Pipoca Mendes	15 anos	Zona norte	6º ano	Maus tratos físicos e psicológicos; condutas desviantes; gosto em correr riscos; atitudes	Reintegração familiar

			EFA – B3 (a frequentar)	parentais inconsistentes, rígidas ou permissivas; pais com comportamentos delinquentes; grupo de pares com comportamentos delinquentes; comportamentos impulsivos e de agressividade.	
Sacaninha	15 anos	Zona norte	6º ano EFA – B3 (a frequentar)	Maus tratos físicos e psicológicos; abandono escolar; condutas desviantes; fugas constantes; comportamentos de agressividade; ameaças e intimidação; furtos; atitudes parentais inconsistentes, rígidas ou permissivas; pais com comportamentos delinquentes; grupo de pares com comportamentos delinquentes.	Reintegração familiar
Teresa	18 anos	Zona centro	Ensino básico: Programa Educativo Individual (a frequentar)	Maus tratos físicos e psicológicos; abuso sexual; absentismo escolar; comportamentos de agressividade; atitudes parentais inconsistentes, rígidas ou permissivas.	Acolhimento permanente

Yasmine	15 anos	Zona norte	5º ano EFA – B3 (a frequentar)	Condutas desviantes; fugas constantes; gosto em correr riscos; comportamentos desafiantes e de oposição; atitudes parentais inconsistentes, rígidas ou permissivas; violência familiar.	Reintegração familiar
---------	---------	------------	--------------------------------------	---	--------------------------

APÊNDICE B: NOTAS DE CAMPO – CONHECIMENTO E ANÁLISE DA REALIDADE

Registo das conversas intencionais com os Profissionais

Os encontros com a **Dra. Inês**, psicóloga e membro integrante da equipa técnica, decorreram na sala de reuniões da instituição. Estes três encontros individuais proporcionaram-se, já que, numa fase inicial do processo de integração era obrigatória a participação numa formação inicial, como era designada pela equipa técnica. Nas palavras da psicóloga essa destinava-se “às pessoas que entram de novo na casa e que irão trabalhar com as pessoas envolvidas de forma mais consistente”, tendo como objetivo “compreenderem exatamente as nossas intenções, os nossos objetivos... para trabalharmos todos para o mesmo lado”. É de referir que tais momentos tiveram como base conversas intencionais, que se tornaram importantes para o conhecimento de alguns aspetos da realidade, inclusive sobre os profissionais e sobre as jovens acolhidas, aos olhos desta profissional.

Esta profissional, quando questionada sobre como é que caracterizava as jovens, mencionou alguns aspetos que também podiam ser lidos nos documentos institucionais, nomeadamente: o serem provenientes de contextos sociais disfuncionais, trazendo aspetos relacionados com o baixo suporte afetivo/emocional, com défices de competências parentais, com o desenvolvimento pessoal deficitário ao nível emocional e comportamental e ainda sobre o facto de vivenciarem experiências precoces de maus tratos e abusos. Para além disso, também falou sobre o abandono real ou emocional por parte dos cuidados primários, sobre o facto de serem jovens em acolhimento institucional prolongado e ainda sobre o insucesso, absentismo e abandono escolar. A psicóloga revelou que a maior parte das jovens tinha grandes dificuldades e deficiências intelectuais ligeiras/moderadas. “Disfarçam muito bem porque são espertas, não porque não têm competências, o que lhes faltou foi a estimulação precoce... falta de outras experiências... nas conversas podem

estar a falar com elas e elas darão a entender que estão a perceber tudo, até usam palavras do vosso vocabulário, mas elas efetivamente, muitas das vezes, não percebem”. De acordo com esta profissional, era importante que percebêssemos se elas realmente entendiam o que estávamos a querer dizer. Acrescentou “usamos na mesma as palavras difíceis, as expressões, porque isso é enriquecedor para elas – toda a gente nesta casa, contribui (e eu acho que isto é terapêutico) com as suas próprias experiências... elas vão estar a falar-te sobre isto e aquilo e tu tens músicas, referências, experiências pessoais, sítios que lhes vais transmitir e pode ser extremamente enriquecedor para elas...podem abrir completamente o mundo delas. Por vezes é muito fácil nós nos esquecermos que elas não têm um mundo tão alargado como nós e não é porque vivem numa instituição em particular, é provavelmente por causa do contexto onde cresceram”. Acerca da vivência precoce de maus tratos e abusos, a psicóloga Inês mencionou que tais experiências “marcam sempre muito e, quanto mais precoce, mais difícil de reverter, de colmatar, mas não é impossível, senão não estaríamos aqui a desenvolver um trabalho com elas”. Ainda sobre o mesmo aspeto, a profissional aludiu que “há jovens com historiais de maus tratos muito graves que vemos uma evolução e outras que bloqueiam. É importante perceber que há limites na nossa atuação e que há coisas que nós não vamos conseguir reverter e colmatar como também há aspetos que nós nunca compensamos neste tipo de acolhimento”.

Quando questionada acerca do que tentavam proporcionar diariamente às jovens, a psicóloga manifestou que “tentamos muito que tenham um espaço muito protetor, que tenham carinho, atenção, afeto (que nunca é suficiente), mas nunca seremos uma família a sério e há coisas que lhes vão faltar sempre, porque tudo o que fazemos nunca chega”. A par disso, a psicóloga sentiu a necessidade de expressar que a equipa se esforçava e que era persistente todos os dias – “não está em mim nem na natureza desta equipa desistir, somos teimosas para caras, não está mesmo, porque senão teria outro emprego. Eu acredito muito nelas, acredito sempre que evoluirão alguma coisa e elas evoluem sempre bastante”. A psicóloga, chamou a atenção para que “...às vezes é uma relação que faz a diferença”, partilhando que também trabalhou muito em escolas e tinha a perceção de que por vezes bastava um professor para salvar a vida de uma criança ou jovem – “salvar a vida no sentido de: há coisas boas no

mundo, eu sou capaz ou aquela pessoa importa-se o suficientemente comigo para se chatear”. Acerca da escola que havia dentro das instalações da CAR, a profissional referiu que de dois em dois anos tinham de pedir autorização ao Ministério da Educação para a manter, visto ser “fora do quadrado...”. Explicou que o que a instituição tinha a esse nível era “um curso EFA (Educação e Formação de Adultos). Elas obviamente não podem frequentar este curso, visto ser para maiores de 18, mas fazem-no de uma forma modular e por portefólios, dossiers de trabalhos, onde vão fazendo aquisição de competências, vão comprovando essa aquisição e vão passando de módulo”. Quando questionada se conseguiria apontar uma vantagem por serem módulos, referiu que “a vantagem por ser por módulos é que elas não entram por anos letivos, entram quando há vagas, e podes entrar em julho, agosto, setembro que apanhas o comboio; não andam todas ao mesmo tempo, por vezes coincide.” Outra das questões que surgiu foi quem é que lecionava este curso na instituição, tendo a profissional respondido que “são professores escolhidos a dedo, professores de referência que aceitaram isto como um desafio mais pessoal do que profissional – eles não têm qualquer tipo de vantagem em estar connosco. Eles fazem isto por missão e fazem-no por gosto e isso faz a diferença e é muito importante. Por isso, é que temos uma Ariana zero escola a vida toda e hoje que tinha uma consulta na maternidade diz “oh, vou perder aulas outra vez?” - porque se sentem bem, valorizadas”. Ainda relativamente a esse facto exposto, relacionado com o facto de existir a escola no interior da instituição, a profissional considerou que “é uma aposta que tem corrido muito bem, temos recebido muitos elogios e eu continuo a ficar maravilhada todos os dias com elas e miúdas que estão aqui há bastante tempo, e eu conheço-as bem e sabia que eram capazes, não sabia é se eram capazes de resistir a entrar em padrões de comportamentos antigos, porque elas andaram na escola muitos anos até cá entrarem e, apesar de tudo, aqui é tudo controlado, um comportamento bom na escola dá direito a um privilégio e um mau dá direito a uma consequência, é tudo imediato, o que pelo menos numa fase inicial é muito importante para o desenvolvimento”.

Quanto ao aspeto do acolhimento institucional prolongado, a psicóloga Inês aludiu que, por exemplo, “há muitas casas de acolhimento que têm equipas com horários muito certinhos, temos casas em que, por exemplo, a cozinheira sai por

volta das 16:30 e depois os dois educadores que entram no turno da noite, um deles terá de preparar o jantar, enquanto o outro tem de orientar coisas que são necessárias fazer... as cozinheiras aqui fazem um trabalho muito importante com as miúdas, muito familiar, muito de preparação para a autonomia. Há um contacto muito especial com a cozinha e com a comida como uma questão emocional afetiva que é muito importante e nós não devemos descurar isso, portanto, é bom que as cozinheiras tenham tempo. Tempo para ralar com elas porque não comeram o peixe ou a sopa... as cozinheiras sabem os truques, as manhas delas e isso é cuidar”.

Relativamente ao insucesso, absentismo e abandono escolar, a psicóloga referiu que a maior parte das jovens tinha percursos escolares muito inconsistentes. “Temos jovens e pais que não valorizam a escola e essas aprendizagens inconstantes levam a grandes dificuldades. Temos meninas que estão por exemplo no 6.º ano, mas com dificuldades imensas ao nível da leitura... temos dois educadores que dão apoio ao estudo, os dois licenciados, que têm sensibilidade para estas questões e a hora de estudo é orientada tendo em conta alguns problemas que elas manifestam”.

De acordo com a profissional, o papel do acolhimento residencial assentava em determinados princípios, sendo que fez questão de explicar alguns de forma mais detalhada. Referiu a importância do sentimento de pertença, mas que este devia ser “sem ilusões, não serás a mãe delas nem irmã, pois elas têm alcunhas para as pessoas, o que não tem mal, se for opção delas, mas tem de ser muito claro o tu podes chamar-me mãe, mas eu não sou a tua mãe. É importante transmitir que não nos importamos que nos chamem assim, se as faz sentir bem”. Para além disso, acrescentou “muitas vezes elas não pertencem a ninguém ou a lado nenhum (às vezes pertencem ao bairro, a contextos que são marcados pelo estigma; pertencer ao bairro não é mau por si só, pois há bairros muito difíceis, mas com uma cultura de pertença e proteção muito interessantes; o problema está em se isso te restringe completamente). E a verdade é que é muito mais difícil não pertencer a ninguém do que pertencer a um sítio menos bom, pois todos os sítios têm sempre pontos positivos em que nos podemos agarrar.” Esta profissional também reconhece e chama a atenção para o facto de percebermos que podemos “estar de braços abertos a dar tudo para elas se sentirem parte e a bagagem emocional delas pode não deixar. Temos

meninas aqui que não se dão bem com os homens, não se ligam bem com os homens com aquela fisionomia específica. Normalmente, a relação com os homens é sempre difícil, por um lado até podem respeitar mais facilmente do que as mulheres, sendo uma figura de autoridade mais aceitável para elas, há muito menos crises físicas e comportamentais se houver um homem presente. Por outro lado, para muitas que têm um passado marcado por maus tratos não é fácil e, por vezes, há tendência para marcar aquela pessoa em particular e depois, quando a gente começa a fazer 2+2, características físicas, formas de falar, expressões, tom de voz e tudo isso pode levantar reações e memórias e muitas vezes nem é claro para elas o porquê. Ou porque não são capazes de destrinçar ou porque não querem mexer nisso”.

Na perspectiva da psicóloga, o facto de a equipa educativa ser mista era, muito importante – “para nós é importante porque relativamente a questões físicas é muito importante. É verdade que uma mulher consegue segurar uma rapariga, mas é verdade também que os homens por vezes o conseguem fazer melhor e elas normalmente reagem melhor à presença masculina. Por outro lado, é importante termos homens distintos, com idades diferentes, com estruturas diferentes que não sejam agressivos, que não sejam violentos, que não sejam verbalmente violentos, mas sim que sejam referências/modelos positivos”. Outro dos aspetos referenciados pela psicóloga como pertinente esteve relacionado com o aspeto de sermos modelos para as jovens, tendo acrescentado que todos nós éramos modelos na relação que estabelecemos uns com os outros e que as jovens, mesmo que saíssem por momentos da casa, elas viviam lá dentro, o que fazia com que elas, na perceção desta psicóloga, soubessem “perfeitamente mexer nos botões e fragilidades dos adultos todos, sabendo perfeitamente que, como em casa, há coisas que se pedem à mãe e outras ao pai e também por isso, os adultos têm de comunicar muito para não entrarem nestes choques e manipulações”. Sobre a essa questão da manipulação, esta profissional dizia “elas são altamente manipuladoras, porque é uma questão de sobrevivência, de modelos muitas vezes, algumas são mentirosas... há dias em que tu pensas que só queres que os teus turnos sejam tranquilos, não estamos sempre com os botões todos ligados, virados para a mudança (...) eu costumo dizer que o “quotidiano é um dos nosso principais inimigos em termos do nosso trabalho”, para nós profissionais, é muito fácil entrarmos numa rotina de

quotidiano, ires marcar o ponto... e não estás com os botões ligados para a X está a dar-me sinais que eu posso mobilizar, usar para a mudança...porque o nosso trabalho não é pacificar jovens, porque isso é relativamente fácil, mas não é isso que queremos. Nós o que queremos é mudança e a mudança é dolorosa, é criar ruturas e tu só saís de determinados padrões comportamentais se os substituíres por outros e para fazeres essa transição é partir osso mal sarado para o pôr no sítio e isso dói e custa e até porque normalmente tu vês o mundo assim porque te bateram até o veres assim... e, portanto, agora eu não te vou maltratar para tu o veres assado, mas vou ter que te pôr tudo no sítio e isso é doloroso. E há dias em que tu vens trabalhar e pensas “oh, pá, é hoje que eu vou apanhar a X e há dias em que tu pensas: não me está a apetecer nada levar duas horas com ela aos berros”, de forma resumida, não te preocupares com isso, deixares andar, faz com que tenhas um turno tranquilo naquele dia, mas no futuro não vai ser bom nem te sentirás bem contigo própria. Então, o objetivo é ajudar a colmatar este sentimento de pertença a algum lado ou a resolver na cabeça delas no sentido “tu podes pertencer aqui, podes pertencer lá...o teu pai/tua mãe batia-te, mas não precisas de o fazer às tuas crianças”. A técnica também se referiu à promoção da mudança interna nas jovens, dizendo que a mudança que se pretendia não era só a comportamental, definindo essa como a que talvez fosse a mais fácil de produzir mudança, referindo-se ao sistema “muito bem instituído cognitivo comportamental”, o sistema de pontos, de fases que existia, o que nas palavras desta profissional era “ótimo para elas, ótimo para entrar aqui na casa, mas que não traz mudanças muito significativas nem a longo prazo, traz sim mudanças muito imediatas e muito necessárias para se chegar às grandes mudanças”. Explorando acerca do funcionamento do sistema de fases e pontos, a profissional referiu que esse “é muito central na vida delas, mas não é central no nosso trabalho. É muito orientador e é muito determinante das nossas rotinas (mais para a equipa educativa), são as notas que determinam os privilégios e aquilo a que tenho direito e a nota depende do meu comportamento, é semanal e previsível. Em termos comportamentais, faz-se muito por esta lógica, grelha de consequências e privilégios”. Ao tentar explicar como decorria esse processo de dar as notas às jovens, a profissional destacou que já tinham tentado fazê-lo de várias maneiras, nomeadamente “já se deu com elas, mas implicava uma maturidade emocional e maturidade relativamente à

pressão do grupo”. No presente as notas eram dadas em reuniões de equipa todas as semanas e segundo a psicóloga definia essas reuniões de pontos como “momentos bons de discussão de casos, porque para falares da nota da semana tens de discutir a semana de cada uma de forma aprofundada (...) não é só uma reunião de pontos, pois os profissionais estão a dizer “ela na segunda feira não respeitou o silêncio noturno, mas porque recebeu uma chamada e estava nervosa...” por exemplo”. Acrescentou “são bons momentos de discussão entre a equipa técnica e educativa, onde se fala dos comportamentos bons e menos bons dessa semana”. Ainda acerca do sistema de pontos, a profissional aludiu que as jovens tinham nota e objetivo individual todas as semanas – “a nota refletia mais ao menos um conjunto de comportamentos normativos sociais aceitáveis e o objetivo individual é uma “fraqueza, uma coisa particularmente trabalhada em ti (pode ser: o ter um quarto arrumado, um sorrir mais, um respeitar o espaço das colegas, um esforçar-se mais nas aulas)”, o que na perspetiva da profissional, individualizava a perspetiva das jovens com quem desenvolviam o seu trabalho. A par disso, também falou sobre a importância de as jovens saberem funcionar em grupo e viverem em comunidade. Referiu que acolhiam jovens que estavam habituadas cada uma por si, muito autocentradas e por isso, muitas das vezes, “por uma pagavam todas”, exprimindo a existência de consequências coletivas como também privilégios. A profissional exprimiu que a toma dessas decisões muitas das vezes eram complicadas, uma vez que as jovens até compreendiam a razão de ser delas, mas que não gostavam – “no dia até podem aceitar, mas no dia seguinte querem o mesmo privilégio e não têm e irão botar-te isso à cara e o trabalho é desconstruíres isso com elas – e isso não é mudança comportamental, mas sim mudança emocional e social. Remete-nos para a importância de individualizar a intervenção, pois não são todas iguais e é perigoso entreres a tratá-las todas por igual”.

Relativamente ao papel do acolhimento residencial no sentido de dar sentido às experiências passadas, a psicóloga alertou para o facto de que “aquilo que eu posso considerar muito grave, elas podem vivenciá-lo de forma muito diferente ou aquilo que me parece menos grave pode ser apreendido por cada um de nós de maneira distinta”, justificou isso, dizendo que “a nossa grelha de leitura do mundo é altamente influenciada pelos nossos traços de personalidade, pelas nossas vivências, sendo que o mesmo comportamento pode ter um impacto

diferente em duas pessoas”. Neste âmbito, refletiu-se sobre o compreender a dor e o caos do passado como “narrativa”, sendo que a profissional afirmou que as jovens precisavam de dar coerência às suas narrativas e acrescentou que elas “já falaram imensas vezes e foram ouvidas como já falaram e sentiram que não foram ouvidas”, mas a verdade é que elas “têm a história de vida delas e o que temos de fazer é demonstrar que nos preocupamos com as dimensões que elas nos mostram da vida delas”. Outra das funções do acolhimento residencial, referida por esta psicóloga, disse respeito ao providenciar uma base segura, no qual a profissional disse “...no meio de tudo o que acontece nós sobrevivemos e estamos cá no dia seguinte – por vezes é sobreviver ao elas terem-te maltratado, terem-te insultado, magoado e tu podes estar com má cara no dia a seguir, pouco disponível e dizer que estás magoada, mas que estás cá e se precisares que eu te trate de uma ferida eu trato, se precisares que te vá buscar o shampoo eu vou”. Ao ver da psicóloga, tal postura dos profissionais era muito importante, mas, simultaneamente, era “chocante e surpreendente na vida delas o facto de tu estares lá na mesma, sem cobranças. Esses momentos, muitas vezes, constituem-se como momentos de viragem na relação entre elas e os educadores”. A profissional expõe também que com as jovens resultava “atos genuínos do estar cá. Por exemplo, no caso de uma menina nos mentir, podemos transmitir: estou magoada contigo, irei precisar de tempo, como todos nós precisamos, mas não te vou negar cuidados, não vou deixar de te cumprimentar nem vou deixar de te desejar boa noite, não vou deixar de cuidar de ti. Posso demorar um pouquinho mais a confiar em ti porque me mentiste, mas isso é uma consequência natural do teu comportamento e não uma retaliação à pessoa que tu és”.

Aspetos sobre a criação de um clima terapêutico na intervenção em acolhimento residencial também foram abordados, sobretudo: o para quem se dirigia a intervenção, que métodos eram mobilizados, a importância de o espaço ser percecionado como seguro, a avaliação dos resultados ao longo do tempo e o espaço relacional em grupo. Em relação ao para quem se dirige a intervenção, a profissional aludiu que todos os grupos “têm a sua própria homeostase, não funcionam sempre em grupo massivamente, mas influenciam e são influenciadas massivamente... neste grupo atual temos meninas com algumas debilidades, dificuldades – portanto, há coisas que têm de ser ajustadas

constantemente. Não é caracterizar a população hoje e isso é válido para sempre – isto não se aplica.” Relativamente aos métodos que eram usados, a profissional dizia ser importante pensar em “que métodos é que vamos usar e porque é que são estes e não outros? Tudo tem de ter uma intencionalidade e tudo tem de estar pensado com um objetivo”. Ao pronunciar-se sobre o espaço, a profissional mencionou “para criar um clima terapêutico é preciso que o espaço seja seguro, cuidador e congruente entre toda a gente e quanto mais gente há mais difícil é”. Além disso, a profissional também falou acerca das condições estruturais da casa, afirmando que “esta contenção que nós temos em termos estruturais, aquelas grades já foram mais baixas (apontando para elas), subimos as grades e chegou-se a pensar em colocar arame farpado, sendo que não é isso que queremos. Mas, a casa tem alguma contenção física: as portas não estão todas abertas; há uma porta fogo lá dentro que está sempre aberta, e elas efetivamente não fogem... agora, quem está nos quartos lá em baixo são as meninas consideradas mais estáveis, as da quarta fase ou terceira fase mais estáveis, as mais instáveis estão lá em cima (...) as janelas de lá de baixo abrem, as de cá de cima não, são em arame basculante”. A par disso, acrescentou que “nós temos muito cuidado com as meninas que entram de novo cá para casa, visto elas precisarem de criar raízes e sentir que pertencem”. No que diz respeito à avaliação dos resultados, a profissional revelou que havia muita avaliação que podíamos fazer através das nossas perceções, mas que se tornava necessário “ter ferramentas e alguns instrumentos de medida com o objetivo de perceber se o que estamos a fazer faz sentido”. Sobre o espaço relacional, em grupo, onde as interações iam ao encontro das necessidades individuais, a psicóloga referiu “o que irá fazer a diferença na qualidade do acolhimento, mais do que o espaço físico ou as condições físicas, é a qualidade das relações criadas. Se vão ao encontro das necessidades que as meninas têm, às necessidades de estar, às necessidades de ter pessoas, de ter adultos confiáveis, de ter pessoas que não hesitem em contê-las se elas descompensam e que dizem que só precisam que alguém as segure – porque às vezes a contenção é securizante, pois se eu estou desorganizada, posso precisar de ser contida e isso pode ser suficiente para eu me acalmar. Pessoas que as ouvem quando elas precisam e pessoas que lhes digam que não quando precisam de ouvir um não. Tudo isto é preciso, tudo isto é relação e é com base na relação que vamos construindo a verdadeira

mudança”. A profissional partilhou connosco que aprendeu, essencialmente ao desenvolver o seu trabalho, que “a questão da psicodinâmica e da relação é tudo”. Reportando-se de novo ao sistema cognitivo-comportamental que mobilizavam na CAR, a psicóloga, referiu que esse sistema de pontos, na perspetiva dela, era muito importante numa fase inicial, para orientar as jovens, uma vez que era previsível, estruturado, aludindo que muitas das jovens nunca tiveram na vida regras claras. Num dos momentos, a profissional referiu que na instituição se falava muito na intervenção em crise. Contudo, acrescentou que não era só a contenção, os processos de contenção emocional, mas igualmente, a questão de usarem a crise como oportunidade de mudança, sendo que a profissional proferiu “é com a relação que chegas a elas e não com os pontos”.

A profissional, ao falar sobre o acompanhamento psicológico que as jovens tinham na casa, referiu “a psicóloga “Rita” aborda coisas muito difíceis, mas é preciso. Muitas vezes elas fogem das consultas, dizendo que a doutora Rita não é simpática. O que acontece é que ela tem de ajudá-las a lidar com coisas horríveis e isso não é simpático. É um processo. Há coisas que estão muito bem arrumadinhas e confortáveis, mas tudo influencia o teu comportamento, a maneira como sentes e vives o mundo. Há coisas que parecem muito bem arrumadinhas e seria bem mais confortável não mexer, mas elas precisam de resolver isso, precisam de tirar estes nós, de retirar até alguns “tampões emocionais” que possam ter e isso só se faz dialogando, só se faz tratando”.

Referindo-se novamente à crise, a profissional mencionou que, tanto as crises, como os comportamentos agressivos eram normalmente sintomas e refletiam alguma incapacidade de lidar com conflitos emocionais – “algumas têm uma expressividade emocional, um leque de expressividade emocional muito limitado. Há poucas emoções no vocabulário delas: “é tudo um nojo, a comida é um nojo, a vida é um nojo...”, ou seja, não há assim muita diferenciação emocional, não quer dizer que elas não as sintam todas, têm é essa dificuldade muito significativa”. A par disso, a profissional referiu que o mau comportamento normalmente identificava disponibilidade para a mudança e que as agitações e as crises geriam desenvolvimento. Nas palavras da psicóloga Inês, é na crise “que as miúdas deixam as barreiras cair, é na crise que elas estão disponíveis. É no pós crise que consegues refletir com elas a sério e chegar a mudanças. É no pós crise que se faz todo um trabalho rico”.

Fruto da conversa que emergia, a profissional pronunciou-se acerca do sistema, dizendo que as jovens eram muito desconfiadas do sistema e até das doutoras porque “um dia alguém as enfiou aqui e lhes disse que iam passar meio ano numa instituição e muitas delas estão aqui desde os 12. O sistema muitas vezes não é justo com elas, respeitando mais facilmente os adultos do que as crianças. As crianças são sempre o elo mais fraco e elas próprias sabem disso, vivem-no na pele”. Retomando à questão da intervenção na crise, a profissional expôs que tal implicava dar apoio emocional e ensinar novas formas de lidar com sentimentos menos bons e partilhou “temos meninas que antes tinham crises muito frequentes, descompensavam e precisavam de medicação e que hoje já sabem respirar e me dizem “eu não vou continuar a falar contigo, porque eu estou-me a passar” – é de propósito que me trata por tu nesta situação; não é o te tratar por tu ou por doutora que define o respeito que têm por ti. Tendem a tratar-vos por tu por questões de idade. Elas tratam por tu os educadores mais novos e eles não levam a mal e não impõem o você porque sentem que não é uma forma desrespeitosa, mas antes uma forma de proximidade”.

Falando sobre a intervenção ecossistémica que privilegiavam, a profissional apontou para um poster que estava afixado na sala de reuniões e mencionou “é um modelo integrativo, onde no centro estão as jovens e depois temos todos os sistemas ali à volta. Não é nada de novo, nada de transcendente nem inovador, mas torna-se importante reforçar porque na prática não é assim tão fácil acontecer e perde-se. Nós tradicionalmente, casas de acolhimento, trabalhamos isto (apontando para as jovens) e as técnicas da segurança social trabalham aquilo e a escola está no seu sítio e não pode ser”. Partilhou que o que era preciso, na perspetiva dela, era que se criassem sinergias, ligações entre todos e ainda acrescentou “...entende-se ser imprescindível intervir junto de todos os sistemas que contribuem para o desenvolvimento das jovens, de forma a promover a efetiva mudança que se pretende”. A profissional pronunciou-se também acerca do trabalho que era desenvolvido com as famílias, partilhando “é muito importante trabalhar com a família, mas é muito difícil trabalhar com as famílias...”. Quando questionada sobre o porquê de considerar esse trabalho difícil, a profissional referiu existirem vários motivos, mas principalmente “...porque elas tendem a ser resistentes e tendem a já ter passado por vários doutores até cá chegarem, visto que isto é uma espécie de fim de linha de uma

série de intervenções”. No que concerne ao envolvimento das famílias, a psicóloga, mencionou que quando uma jovem entrava na CAR já tinham sido tentadas várias formas de chegar a eles, tanto a elas como aos familiares e que existiam “famílias que não aderem a nada, mas também há aquelas que se envolvem, mas com insucesso”. Para além disso, a profissional partilhou que tinha consciência de que havia bastantes falhas na intervenção com as famílias e que, de certa forma, considerava que o problema também estava “em como nós, técnicos abordamos as famílias”, responsabilizando-se, nem que fosse por uma parte, pelo insucesso com que por vezes se deparavam. Quando interrogada acerca do que já tinham tentado nesse trabalho com as famílias, a profissional explicou que, numa primeira fase, existiam diversas respostas dirigidas às famílias, mas que tinha dúvida que chegassem a todos os pais, “principalmente aos pais que mais precisam, que detêm mais dificuldades”. Contou que já tinham tido grupos de pais organizados por ela e pela Dra. Rita, a outra psicóloga que integrava a equipa técnica, que decorriam aos fins de semana, onde se fazia uma abordagem que lhes parecia a mais interessante, trazendo para o diálogo a perspetiva dela e a perspetiva da colega com quem desenvolveu outrora esse trabalho com ela – “eu trabalhava numa semana com os pais e a Rita trabalhava na próxima semana com o grupo de pais e com as meninas (visto que ela as acompanhava em consultas) e, portanto, conseguíamos observar a dinâmica familiar, trabalhando-a”. Contudo, na opinião desta profissional, essa estratégia não teve muito sucesso porque, “as famílias não aderiam muito, mas as que aderiram sentiu-se genuinamente o impacto do trabalho que era desenvolvido”. Neste seguimento optei por questionar a profissional sobre o porquê da decisão de terem terminado com essa estratégia, dado que tinham pais a apostar neste trabalho conjunto e visto que, no parecer dela, era evidente o impacto positivo nas famílias que se envolviam. Ao qual a psicóloga Inês respondeu: “não podemos esquecer que a maior parte destas meninas têm graves problemas de comunicação e de relação familiar com muitos anos de problemas às costas delas (...) nem vou falar das que sofrem maus tratos, porque também há essa secção de pais permissivos/autoritários, oscilando entre o achar piada até ao se passarem com elas... esta chamada de vinculação ambivalente é muito presente nelas e isso não se trabalha apenas com grupos de pais, trabalhas isto em constante, em terapia”. Por outro lado, a profissional

afirmou que havia “muita gente a intervir com as famílias, mas de maneira pouco significativa para elas”. Também referiu que as famílias, normalmente, aceitavam muito bem orientações vindas deles, principalmente da equipa educativa, pois vivenciavam muito com as filhas deles. Sobre os factos expostos anteriormente, a psicóloga Inês salientou: “não temos condições para estar aqui, a gerir a casa e simultaneamente estar em permanência com algumas famílias que necessitam”. A par disso, ainda referiu que, enquanto instituição, tem a consciência de que conseguiriam realizar um trabalho muito mais interessante se estivessem com mais disponibilidade genuinamente para elas. Expôs “nós fazemos muitas visitas domiciliárias, estamos muito tempo a falar com alguns pais por chamada (às vezes ligam mesmo só para desabafar) e eles vão dando-nos sinais que precisam de ajuda e nós vamos dando pistas sobre como é que eles poderiam ter reagido naquela situação...”. Sobre a questão da visita dos familiares, a profissional aludia que as jovens recebiam visitas sempre que quisessem, sendo que, ao fim de semana, as famílias tinham maior disponibilidade e, portanto, automaticamente havia maior presenças de famílias aos fins de semana. Acrescentou ainda que “...recebem, desde que não estejam em aulas, marcam visitas e é importante teres alguém da equipa técnica nesse momento na casa para poder fazer esse acompanhamento, podendo estar com os pais”.

Tendo a profissional levantando novamente questões relacionadas com a dimensão da escola e a formação, quando questionada sobre qual era a sua opinião sobre esta medida, referiu que “elas aqui têm o 2.º e 3.º ciclos naquele curso EFA e nós até poderíamos conseguir que elas tivessem o secundário, mas para nós também faz sentido que elas façam essa transição (...) por isso nunca procuramos uma solução para o secundário, até porque a maior parte delas entra relativamente tarde, com 15/16 anos sem o 9.º ano concluído”. Também referiu que o facto de a escola ser dentro da CAR não era “espetacular”, afirmando que “numa fase inicial resolve alguns problemas, mas eu acredito que, se a escola estiver a funcionar bem, é um contexto importantíssimo para o desenvolvimento pessoal e de cidadania individual das jovens”. Reforçou a ideia de que estas jovens tiveram “azar na sua relação com a escola, não tiveram um professor especial que as salvasse, mas podem ter e deviam ter tido”. Quando questionada sobre o porquê de achar que elas não tiveram “direito a esse tal

professor especial”, a profissional referiu “podem não ter tido simplesmente porque as pessoas não estavam disponíveis, mas a realidade é que quando entram aqui na escola, mudam a relação com a escola (...) elas são capazes e elas valorizam a escola, se tiverem ao lado delas alguém que seja capaz de as valorizar também”. A profissional referiu alguns aspetos menos positivos da escola ser no interior da CAR para a maior parte das jovens, sendo eles: o trazer tensões, o impor limites e regras - “...até de imagem e roupa, quando o teu quarto é quase ao lado da sala de aula”. Disse também que o “pegar em miúdas consideradas “difíceis”, colocando-as todas na mesma turma, ao lado da sala de convívio delas, dos quartos delas, das zonas de domínio delas onde vivem, “pode gerar e já deu problemas muito graves”. Outro aspeto que a profissional identificou como aspeto menos positivo era o facto de sentir que faltava às jovens um ambiente de socialização, partilhando que esta era uma opinião comum a outros profissionais e afirmando que era por essas razões que a escola no exterior se constituía como importante. Diante disso, contou que estão a tentar que as jovens tenham uma das aulas na escola secundária de (...).

Referindo-se ao processo de responsabilização e de autonomização das jovens, a psicóloga Inês transmitiu que tínhamos de acreditar que elas iam fazer escolhas menos boas até aprenderem a fazer as boas e que isso naturalmente fazia parte. Mencionou que o ato de controlar era muito tentador porque era muito securizante para o adulto, mas que não se evoluía dessa forma, afirmando mesmo que “a autonomia tem de se desenvolver cometendo erros e fazendo-se escolhas, umas boas e outras menos boas... temos é de estar atentos e dar suporte para detetares as escolhas menos boas o mais rápido possível para aquilo não escalar e intervir, agindo junto delas”.

Quanto à dimensão do lazer, a psicóloga Inês referiu que a psicóloga Rita era responsável pelo Plano de Intervenção e Avaliação das jovens, que era realizado ao longo da 3ª fase e contemplava muitas vezes atividades desportivas e recreativas com intencionalidades. Acrescentou também que costumavam ter também atividades dessas no interior da casa, sendo que deu o exemplo que naquele momento as jovens tinham yoga às sextas feiras, sendo que foi uma das atividades que elas elegeram para que fizesse parte do plano. No que concerne à inserção comunitária, a profissional expôs que as jovens quando saíam da CAR

tinham, normalmente, a opção de regresso à família ou de autonomia de vida. Também havia casos em que podem ir para instituições generalistas.

Pronunciando-se sobre a questão das equipas técnica, educativa e de apoio, a psicóloga Inês afirmou que “têm de estar bem coordenadas e conscientes do seu papel, sendo que isso por vezes é difícil, pois misturam-se, tocam-se”. A profissional evocou o exemplo das gestoras de caso, que eram profissionais da equipa técnica, com áreas de formação diferentes e com visões distintas, sendo que, nas palavras da mesma, contribuíam com essas visões diferentes para todos os casos, afirmando que “tem-se comprovado imensas vezes que é no meio das três que está a riqueza do nosso trabalho”. Sobre as gestoras de caso, a psicóloga Inês disse que essas tinham um papel muito próximo das jovens e que o papel da técnica gestora era o ser um modelo de referência, fazendo muito um trabalho terapêutico. Quando questionada acerca da definição das gestoras técnicas, a profissional referiu que é quando “elas chegam que são distribuídas pelas gestoras de caso”. Perante essa afirmação, outra questão que foi levantada foi se as jovens poderiam trocar de gestora, tendo a profissional respondido que já tentaram isso como experiência, por acharem que estavam a cristalizar o seu trabalho na relação que tinham com as jovens e então trocaram as jovens todas umas com as outras, até porque “havia miúdas que estavam cá há muitos anos e nós achávamos que havia benefícios em trocar, porque nós somos as três muito diferentes, com perfis muito diferentes, as orientações são semelhantes, mas a interação é diferente e então experienciamos isso, mas percebemos que isso criou muito caos não tanto nas miúdas, mas nas famílias e nas escolas. Foi bem mais complexo do que achávamos que iria ser”. As vantagens de tal experimentação, apontada por esta profissional, foi o facto de isso ter permitido que ela saísse da sua zona de conforto, bem como o facto de ter obrigado as técnicas a estudarem os processos todos – “... e no fundo é esse um dos objetivos, é toda a gente estar por dentro”. Outra questão que foi alvo de reflexão foi a questão da supervisão externa que era feita por uma pessoa que vinha de fora e era mensal. A profissional explicou que essa ocorria durante um dia, sendo que de manhã era com a equipa técnica e à tarde com a educativa. Também referiu que esta questão da supervisão externa era financiada pela Segurança Social, sendo que não era uma obrigação, mas sim uma orientação.

Sobre alguns princípios da intervenção com as jovens, a profissional disse ser importante pensar na dimensão do “com que olhos as vemos”, visto que, enquanto pessoas, temos os nossos pré-conceitos, preconceitos e era importante ter isso bem definido na nossa cabeça quando se desenvolvia um trabalho com elas, pois, nas palavras desta profissional, “...não faz mal termos, desde que tenhamos consciência de como isso influencia o nosso olhar e a maneira como olhamos para elas”. A profissional referiu igualmente o facto de que era comum que o lado negativo nos marcasse mais que o positivo, referindo que “o positivo existe sempre, há sempre alguma coisa por mínima que possa parecer. Não podemos substituir maus comportamentos/comportamentos desadequados por nada, temos de os substituir por coisas boas”. Posto isso, a profissional revelava que era necessário que os profissionais refletissem acerca da atribuição que se dava ao comportamento das jovens, declarando que “por vezes elas geram caos porque querem fazê-lo e claramente é esse o objetivo, mas há sempre algo por detrás e pode não ser óbvio. Posso não conseguir “lê-las”, logo, posso demorar algum tempo e posso achar que é por causa de determinada coisa e não ser, mas este é um trabalho muito importante, em qualquer área que trabalhemos com crianças vítimas, agressoras... avaliar o comportamento e nunca o ver só como um fim”. A psicóloga Inês disse ser crucial pensarmos que efetivamente o comportamento era sempre um meio de expressão e quanto mais pequenas eram as crianças, mais comportamentais eram elas.

A profissional, várias vezes referiu que a relação devia ser sentida como uma valiosa ferramenta de trabalho, afirmando que “muitas das vezes não é apreciada, mas na vida real terá de ser. Todo esse contexto de mudança, todas as ferramentas terapêuticas, mesmo o cognitivo comportamental que utilizamos cá na casa, se houver uma relação de confiança estabelecida tem muito mais resultado”. Também expôs que “neste tipo de contexto, as relações são estruturantes. Se calhar, não fazemos tanto pelas meninas como queremos, mas nota-se ao longo dos dias que fazemos algumas coisas e elas, pelo menos, sentem que pertencem a algum lado”.

Nestes momentos foi expresso pela profissional que eu poderia ter a oportunidade de participar nas diferentes dinâmicas da instituição e que ela estaria disponível para se envolver no Projeto, na medida em que pudesse, visto

que estava próxima a fase em que estaria de licença da maternidade, o que implicaria a sua retirada provisória do contexto.

As conversas intencionais com a **diretora técnica** constituíram-se como um fundamental instrumento de recolha de informação sobre alguns aspetos da realidade social. Para nós, foi importante que estes momentos de diálogo com a pessoa responsável pela instituição e pelas jovens ocorressem, entendendo-se que, no âmbito da sua atividade profissional, existia uma interação regular com as jovens que viviam na casa. Assim, tais oportunidades de diálogo aconteceram ao longo do tempo em momentos individuais com a profissional. Vale a pena referir que devido à exigência profissional, a diretora técnica por vezes deparava-se com uma certa dificuldade em estar reunida para conversar por largos períodos de tempo. No entanto, nas oportunidades que existiram, conseguiu-se compreender diferentes aspetos da resposta social que contribuíram para uma caracterização mais completa da mesma.

Numa das primeiras conversas intencionais com a diretora técnica, esta referiu que “sou licenciada em serviço social”. A mesma profissional referiu que “desempenho as funções de gestão dos recursos humanos, administrativos, bem como a gestão de toda a intervenção técnica e da relação com a comunidade. Além disso, coordeno o funcionamento integral da casa e estou envolvida nas decisões que dizem respeito aos processos das jovens juntamente com os outros profissionais”. Acerca da função de dirigir tecnicamente a CAR, a diretora técnica explicou que tinha como funções específicas “zelo pelas condições que garantam a proteção, bem-estar e desenvolvimento integral das jovens, que tentámos serem condições próximas de um ambiente familiar equilibrado; dirijo globalmente as atividades relacionadas com o apoio, acompanhamento e encaminhamento das jovens, mantendo, tanto quanto possível, um contacto direto com elas; aprovo os planos individuais de cada uma das jovens, assegurando que todas elas tenham o seu projeto de vida definido de forma multidisciplinar e interinstitucional; valido os relatórios e informações elaboradas sobre as jovens e tomo decisões relativas à execução e avaliação das medidas de promoção e proteção, assegurando a articulação com as EMAT’s e as CPCJ’s; asseguro os procedimentos inerentes à proteção e promoção da saúde das jovens; articulo com as estruturas da comunidade envolvente com

relevância para a execução da missão desta instituição; promovo e coordeno reuniões regulares com os diferentes profissionais, possibilitando a partilha de informação; informo e mantenho as jovens, os profissionais, as famílias, os estagiários e voluntários dos seus direitos e deveres; incentivo o aperfeiçoamento técnico e profissional e valorizo as competências profissionais de todas as pessoas que trabalham aqui; zelo pela conservação, manutenção e rentabilização das instalações, equipamentos e outros bens afetos à CAR, assim como asseguro as condições de segurança; asseguro a gestão do fundo fixo, dos contratos de prestação de serviços, dos horários de trabalho e períodos de férias; proponho à direção a celebração de protocolos que contribuam para a promoção da satisfação das necessidades educativas, de saúde e de inserção social das jovens que são acolhidas e para a qualificação da intervenção desenvolvida, promovendo a sua dinamização; zelo pela implementação do modelo terapêutico, proporcionando momentos de formação”, tendo concluído “como se pode ver, o meu trabalho é muito abrangente, mas conto com a colaboração dos meus colegas para com que a missão da instituição seja cumprida”. Para além disso, a diretora técnica referiu que “tenho também como missão a valorização dos profissionais com objetivo de constituir e manter as equipas de trabalho competentes, motivadas e atualizadas, através da promoção da formação e da estabilidade no emprego...”. Perante isso, a profissional expôs que o desempenho de tais funções exigia dela um perfil que “evidencie uma boa capacidade de organização, liderança, sentido de responsabilidade e rigor profissional, espírito de equipa, dinamismo e forte capacidade de relacionamento pessoal, boa capacidade de planeamento organizacional e voltados para a gestão por objetivos, persistência e proatividade”, o que na voz da mesma “nem sempre é fácil”.

Relativamente à missão da CAR a diretora técnica referiu que “consiste em promover e assegurar a proteção das jovens, definir um adequado projeto de vida, que lhes permita desenvolver a sua autonomia para uma efetiva inserção social, através de um ambiente propício ao seu pleno desenvolvimento físico e emocional”, tendo acrescentado que a aposta nesta resposta foi “pensada com a consciência, e a vontade, de poder garantir às jovens acolhidas, um caminho centrado no seu projeto de vida, que lhes garanta a autonomia e as competências necessárias para uma efetiva inserção social”. Ainda referiu que a CAR

funcionava em regime aberto e que a intervenção na mesma visava garantir os cuidados ajustados às necessidades de cada uma das jovens, “proporcionando-lhes vivências tão próximas, quanto possível, da vivência familiar, que lhes permitam condições de educação, bem-estar e desenvolvimento integral”. De acordo com a profissional, o Modelo Terapêutico de Intervenção (MTI) apelava “à pedagogia da responsabilidade e dos afetos” e era direcionado para a aquisição de competências relacionais, pessoais e sociais básicas, que permitiriam às jovens interiorizar as normas e valores fundamentais para viver na sociedade. Além disso, explicou que para cada jovem era definido um Plano Sócio-Educativo Individualizado (PSEI) que visava promover a aquisição e o desenvolvimento de competências sociais e escolares que as jovens ainda não tinham adquirido face à sua faixa etária, a manutenção das competências já adquiridas e a definição do projeto de vida. Detendo-se ainda sobre o MTI a diretora técnica explicou que ele favorecia a relação afetiva, alicerçada num quotidiano personalizado, com o objetivo de proporcionar as condições que consubstanciassem uma integração das jovens nas suas famílias, na comunidade e/ou ainda, como acontecia em alguns casos, a sua autonomia quando claramente não era possível a sua reunificação familiar (nuclear ou alargada).

Sobre a capacidade da instituição a profissional explicou que a CAR tinha a capacidade para acolher 20 jovens. Quanto a questões sobre gestão e supervisão, referiu que a CAR era alvo de supervisão externa, com uma frequência de 8 horas mensais, que tinha como principais objetivos: a reflexão de práticas, o impacto e sucesso das mesmas junto das jovens e ainda a procura de estratégias de intervenção mais adequadas à realidade do grupo. Além disso, com a supervisão externa, pretendia-se também, de acordo com a profissional, abranger a dimensão dos aspetos relacionais/emocionais por parte das equipas que diariamente desenvolviam um trabalho com as jovens. A profissional expôs também que existia a formação contínua para as equipas e avaliações frequentes dos seus desempenhos de forma a que, pudessem evoluir ou melhorar certos aspetos que não podiam ser descurados. Quando questionada sobre a seleção dos recursos humanos da CAR, a diretora técnica explica que essa seleção “deve basear-se, entre outros aspetos, na predisposição para trabalhar com jovens

com problemas de comportamento, devendo-lhes ser facultada formação inicial e contínua, específica na área”.

Tentámos perceber como é que os acolhimentos iniciais das jovens eram realizados ao qual a profissional referiu que as jovens no momento da receção deviam, sempre que possível, estarem acompanhadas pela técnica que tinha efetuado o pedido de admissão e, serem presentes às equipas técnica e educativa, uma vez que eram responsáveis por acompanhar os momentos subsequentes das jovens. Também mencionou que os profissionais estavam alertados, para que, nesta primeira fase era, particularmente, importante respeitar o estado emocional e ritmo das jovens e ainda que deveriam “dispensar uma atenção especial durante os primeiros dias de acolhimento, de forma a garantir uma maior tranquilidade e adaptação nesta fase e evitar eventuais situações desestabilizadoras”. Ao recordar alguns momentos de acolhimentos iniciais referiu “as jovens reagem todas de maneira diferente...temos algumas que quando chegam vêm assustadas... algumas que choram... outras que não conseguem nem chorar nem falar... e ainda temos outras que vêm, aparentemente, bem-dispostas a reconhecer a oportunidade que lhes é dada ao entrar aqui”.

A diretora técnica explicou que o modelo de intervenção se baseava na “assunção de um clima terapêutico centrado no conceito do grupo como um todo, com vivências próprias e comuns, para as quais cada elemento contribui através das suas atitudes e comportamentos, influenciando-se, reciprocamente”. Para além disso, a profissional referiu que assim “se assume que cada ação é potencialmente terapêutica, onde todos os intervenientes do processo de mudança podem otimizar as competências das jovens e a qualidade da experiência comunitária é essencial para a reestruturação interna das mesmas”, tendo acrescentado que nesse seguimento era essencial “todos estarem disponíveis para reflexões acerca da influência individual e da equipa no desenvolvimento saudável das jovens”. Pretendia-se, de acordo com a diretora técnica, criar na CAR um ambiente estável, tido como familiar, do qual, jovens e profissionais faziam parte e que “proporcionasse possibilidades conjuntas de aprendizagem, mudança e crescimento, no contexto do desenvolvimento de uma cultura de comunicação e partilha”. A profissional também referiu que “entende-se toda a intervenção como um trabalho conjunto

entre a equipa, as jovens e as famílias, em que cada uma das jovens é um elemento ativo, não apenas no funcionamento da casa, mas também, no seu próprio processo de mudança, quer individualmente, quer como elemento de um grupo de partilha com os mesmo objetivos”. Assim, para a concretização desse trabalho, a diretora técnica, em conformidade com o que a Dra. Inês já havia explicado, adotavam o modelo integrativo, “regido pelos objetivos, valores e princípios definidos, com recurso a várias estratégias, de diferentes abordagens, que poderão conduzir para a reversão da situação inerente a problemas de comportamento por parte das jovens”, tendo acrescentado que “como sabemos a construção psicológica de todas as crianças e jovens é influenciada, não só, pelo seu próprio sistema, como também por todos os sistemas que as rodeiam”, sendo que nesse sentido referiu que “entendemos ser imprescindível intervir junto de todos os sistemas que contribuem para o desenvolvimento das jovens, no sentido de promover a efetiva mudança que se deseja alcançar” e, por esse motivo, “deve haver uma intervenção efetiva, individualizada e direta junto das jovens, bem como, junto dos sistemas que anteriormente referi, dos quais destacamos a família, a escola/formação, a saúde, o lazer, a inserção comunitária e a equipa técnica, educativa e de apoio da instituição”.

A diretora técnica, especificando cada um deles referiu que junto das jovens considerava-se que a promoção da sua mudança deveria basear-se “em princípios orientadores, aliados à aplicação do modelo terapêutico cognitivo-comportamental, complementado por modelos psicoeducacionais/relacionais e por programas de intervenção em crise”, tendo acrescentado que “para a sua definição baseamo-nos em pesquisas bibliográficas”. No âmbito da família das jovens, o foco principal da intervenção era “a interação entre cada pessoa e o seu ambiente, baseando-nos num conceito interacionista. Aplicando metodologias centradas no modelo ecológico e em modelos cognitivo-comportamentais, associados a psicoeducacionais, tentámos promover a aquisição de competências, essenciais para a gestão comportamental das jovens no seu meio natural de vida”, tendo referido que “pretende-se intervir, diretamente com as famílias, aos mais variados domínios, no sentido da reversão das lacunas existentes no contexto familiar, que possam impedir a adequação comportamental das jovens”. No que se refere ao sistema escola/formação, a

profissional mencionou ser essencial “promover uma dinâmica que fomente a formação global das jovens, no âmbito dos mais variados domínios e através de um projeto educativo específico e adequado à intervenção com jovens com problemas de comportamento”, tendo exposto que entendiam que “a implementação de CEF’s/PIEC’s, dirigidos exclusivamente para o grupo de jovens integradas na nossa instituição, possibilita o sucesso da intervenção, na medida em que os recursos disponíveis são otimizados, o trabalho é mais concertado e adequado às necessidades de uma população tão particular”. No âmbito da saúde, de acordo com esta profissional, por um lado, “a definição de programas de educação para a saúde é uma prioridade para a minimização dos comportamentos de risco intentados pelas jovens” e, por outro, “a intervenção ao nível da saúde física e mental não pode ser descuidada, pelo que a definição de medidas a este nível é prioritária”. No que se refere ao lazer, a diretora técnica expressou que na sua opinião a dinamização de atividades lúdico-pedagógicas, culturais, desportivas e recreativas eram fundamentais para “dotar as jovens das competências sociais e relacionais que contribuem para que as mesmas ultrapassem, ao longo do seu processo terapêutico, os problemas de comportamento que evidenciam”. Para além disso, a profissional manifestou que acreditavam que a evolução do processo terapêutico das jovens dependia de uma adequada inserção comunitária, regida por um projeto de vida, que deveria passar, essencialmente, “pela sua inserção no meio natural de vida”, tendo referido que “através da alteração dos contextos familiares multidesafiados, a intentar na intervenção junto das famílias, tenta-se promover a adequada integração familiar”. Sobre o processo de autonomia das jovens, a diretora técnica referiu que “em todo este processo, a definição da autonomia de vida das jovens é essencial, pelo que, tentámos intervir através de programas específicos de autonomização”. Ao nível das equipas técnicas e educativas, a diretora técnica mencionou que requeriam “formação continuada, essencial para a prossecução dos objetivos da instituição e contributiva para o desenvolvimento terapêutico das jovens”.

Relativamente aos princípios e valores do modelo de intervenção a diretora técnica referiu que tinham a ver com “os pilares do conhecimento e conduta definidos no relatório da comissão internacional sobre educação para o século XXI”, passando a falar sobre cada um deles com maior pormenor: aprender a

ser “que pressupõe o desenvolvimento da autonomia, do discernimento e da responsabilidade pessoal, no qual se inserem os valores de independência, integridade e responsabilidade”; aprender a conhecer “que reflete que para o desenvolvimento das competências das jovens em termos gerais, as mesmas precisam de aprender a aprender, exercitando os recursos cognitivos”; aprender a viver em comunidade “que implica compreender o outro, as diferenças e perceber as interdependências, no qual se inserem os valores de vinculação/pertença, participação, respeito, democracia, justiça e generosidade”. Neste sentido, a diretora técnica expôs que tendo esses princípios e valores como base do trabalho que desenvolviam, pretendiam proporcionar às jovens o desenvolvimento da “confiança em si próprias e nas suas capacidades de construção de futuros melhores”. Para a concretização dos princípios segundo esta profissional existiam premissas que deveriam ser consideradas, sendo elas “a CAR pertence a todos os que vivem aqui e trabalham aqui, pelo que se deve fomentar o sentimento de pertença, partilha e cooperação; devemos proporcionar a possibilidade de partilha, promovendo momentos de escuta e argumentação...saber ouvir o que os outros pensam e sentem, pois isso permitir-nos-á dizer aquilo que pensamos e sentimos, ao mesmo tempo que respeitamos o espaço e as opiniões dos outros; é importante que as jovens compreendam o mau estar que advém dos comportamentos menos adequados, pelo que o diálogo relativo a isso é fundamental para a sua cessação; o erro é admissível devendo existir a oportunidade da sua correção; as normas e regras definidas, bem como as orientações dadas, devem ser claras, perceptíveis e sustentadas”. Para além disso, a diretora técnica também referiu que “as jovens devem sentir que todos agem no sentido da promoção do seu bem-estar físico e emocional”.

Quanto aos objetivos do modelo de intervenção a diretora técnica expôs que esses se prendiam com “o promover a mudança de comportamentos das jovens atendendo às suas potencialidades individuais e capacidade de reestruturação interna; o incentivar a mudança dos sistemas que envolvem as jovens, no sentido de alicerçar a sua alteração comportamental; o promover o desenvolvimento da capacidade das jovens de refletirem sobre os seus comportamentos e consequências; o proporcionar um ambiente seguro e estável que permita que as jovens interiorizem a importância da existência de limites

na convivência com as outras pessoas; o fomentar a conscientização de que qualquer experiência é uma oportunidade de reestruturação interna e de crescimento; o promover a aprendizagem de interação com os outros de forma construtiva e o permitir a descoberta e a expressão da capacidade criativa individual de cada uma das jovens, potenciando a sua autoestima e a segurança na capacidade de sucesso”. Debruçando-se sobre a importância de dar às jovens a possibilidade de, mesmo quanto tinham comportamento desadequados, corrigirem a sua conduta, a profissional referiu que deviam ser dadas às jovens essa possibilidade de reparação face a eventuais danos ou quebra de regras definidas, uma vez que, nas palavras da mesma, por um lado, “isso permite a alteração da percepção do mundo hostil e castigador que as jovens possuem, no qual a punição foi frequentemente utilizada como a única forma de comunicação” por outro, “ao oferecer essa possibilidade de corrigir a conduta, potenciamos a consciencialização por parte das jovens de manutenção e contribuição para o espaço comum, concertar o que se estraga, por exemplo, e o treino de competências práticas”.

A diretora técnica descreveu as jovens como tendo “escassa ou inexistente presença de suporte afetivo” e acrescentou que isso conduzia a que elas tivessem “carências emocionais muito acentuadas”. Nesse sentido, a profissional referiu que a demonstração de preocupação, por parte dos adultos, relativamente ao perigo em que elas se colocavam, “reveste-se de suma importância para a promoção da segurança afetiva e emocional das mesmas. Com esta preocupação baseada em afeto e interesse genuíno, é possível que haja uma alteração emocional nas jovens que as leve a olhar para si e para os seus comportamentos e neste ambiente emocionalmente adequado estejam mais disponíveis para o diálogo e a mudança”.

Ao nível da gestão e promoção da mudança comportamental das jovens a intervenção geria-se, de acordo com a diretora técnica, com base na gestão faseada, sugerida por um “sistema progressivo por fases”. A profissional referiu ainda que nessa programação faseada de intervenção diferenciava-se os objetivos a realizar em cada fase e o respetivo sistema de reforços positivos e negativos. Na opinião da mesma este sistema permitia que as jovens adquirissem “maior liberdade e autonomia mediante o empenho demonstrado no cumprimento das atividades previstas, no sentido de responsabilidade

manifestada e da avaliação do comportamento individual e em grupo”, tendo acrescentado que para esse efeito “os ganhos são diferenciados de forma progressiva, fomentando a motivação com vista a atingirem as fases seguintes”. A diretora técnica também expôs que cada fase continha metas claramente definidas e a progressão para a seguinte estava dependente do cumprimento de determinados parâmetros e da avaliação favorável realizada pelos diferentes profissionais e em alguns momentos até pelas jovens. Para além disso, uma prática transgressora ou reincidente, implicava, de acordo com a diretora técnica, o retrocesso à fase imediatamente anterior, por tempo a determinar pela equipa técnica, mediante critérios que já estavam definidos. Dessa forma, na opinião desta profissional, este modelo de fases pretendia “incutir uma progressiva responsabilização das jovens pelos seus comportamentos e atitudes, bem como a aquisição de competências pessoais e sociais”.

A diretora técnica referiu que “as jovens têm de corresponder semanalmente a critérios mínimos de comportamento considerado adequado, para usufruírem das regalias inerentes a cada fase, que vão desde a integração na instituição à autonomia/reinserção sóciofamiliar”. Neste seguimento, falou sobre o sistema de “ganhos, perdas e prémios”, referindo que “cada uma das fases contempla ganhos e perdas, consoante os estádios de progressão/regressão em que as jovens se encontram, refletido em aspetos, como por exemplo, a posse de objetos pessoais e de lazer, o número de telefonemas semanais a pessoas que não os pais, a mudança de quarto, entre outros”. Todavia, para além disso, partilhou que “ultimamente tenho sentido muito que os profissionais se focam maioritariamente nos aspetos mais negativos das jovens e esta é uma situação que me preocupa seriamente”, tendo acrescentado que “tem de ser possível ver aspetos positivos nas jovens, valorizando-as pelas suas boas atitudes. Só assim é que elas conseguirão sentir-se mais valorizadas e capazes de seguir”.

Enquanto membro da equipa técnica, esta profissional referiu que acreditava na ideia de que “no período da adolescência, a influência de pares, assume-se como uma força extraordinariamente considerável nos seus comportamentos” e por esse motivo reforçou que “tentamos utilizar a influência do grupo como um fator positivo na reversão comportamental das jovens”. Nesse seguimento, a profissional referiu que se tornava essencial que as questões relacionadas com as rotinas diárias da CAR fossem discutidas e pensadas pelas jovens, em

contexto de grupo, de forma a que “o próprio grupo exerça a regulação da sua convivência, de forma dinâmica, responsável e ativa, podendo lidar com as tensões, problemas e conflitos, resolvendo-os conjuntamente”. Ainda nesse sentido, na opinião da diretora técnica, era muito vantajoso adotar práticas semanais como “as assembleias da casa”, que tinham como objetivo “reunir todas as jovens, fazer um balanço da forma como decorreu a semana anterior e definir as pretensões relativas à semana seguinte”.

Quanto à existência obrigatória de chaves, sendo o seu acesso reservado aos profissionais e sendo vedada às jovens a posse de chaves das instalações, a diretora técnica afirmando que o que as jovens vivenciavam na CAR era um caminho que, progressivamente, ia sendo mais aberto para elas, reconheceu que era preciso pensar a vida destas jovens na sociedade, mas que no início estavam fechadas para o seu próprio bem. Disse ainda que era possível testemunhar que dentro das paredes da casa, as jovens iam recriando o seu caminho e mundo, com a ânsia de um dia saírem pela porta e irem atrás do que as faziam felizes.

Paralelamente à “aplicação” dos modelos anteriormente referidos pela diretora técnica, também ela referiu que entenderam ser necessário definir especificidades de intervenção nas mais variadas áreas que influíam as rotinas diárias tais como: a alimentação, a higiene e cuidado pessoal, o sono, a higiene dos espaços comuns e os tempos livres.

Em relação à intervenção com as famílias, a diretora técnica reforçou que “a pertença a contextos familiares desfavoráveis potencia o risco de iniciação de problemas de comportamento por parte das jovens”, tendo referido que por isso “as mudanças no contexto familiar são fundamentais para o sucesso de intervenção nestas jovens, na medida em que, por um lado, potenciam a alteração da conceção interna e dos sentimentos que as jovens têm relativamente à sua família e por outro, possibilitam uma eventual integração futura no seu meio natural de vida” e acrescentado que “a intervenção com as famílias é essencial”. Para além disso, a profissional destacou o modelo ecológico, visto considerá-lo como “o alicerce para a nossa intervenção com as famílias”. No entanto, expôs que tendo esse modelo como base, não invalidava a necessidade de se incluir programas específicos de intervenção com as famílias e as jovens, tendo mencionando que “o que pretendemos é intervir no sentido de uma maior aproximação das jovens aos núcleos familiares”.

No que às equipas diz respeito, a diretora técnica referiu que “todo o sucesso da intervenção depende, amplamente, da estabilidade, motivação, dedicação e sentimento de pertença à instituição, de toda a equipa que colabora no desenvolvimento integral das jovens”, tendo acrescentado que existiam algumas características que considerava cruciais serem desenvolvidas por cada elemento que integrava as equipas como a “capacidade de comunicação, empatia, capacidade de compreensão e resolução de problemas, tolerância à frustração, capacidade de gestão de stress e auto-controlo”. De acordo com a diretora técnica, pretendia-se que os profissionais se apoiassem mutuamente na tarefa do cuidar e, por isso, existiam encontros regulares que se destinavam à partilha e discussão de situações vividas com e entre as jovens, à reflexão da relação estabelecida com as mesmas e à discussão e resolução do que era sentido como problema. Além disso, na opinião da mesma, estes encontros favoreciam a “coesão interna” e facilitavam “o envolvimento das equipas na missão, objetivos, princípios e valores da instituição”. No que concerne à supervisão, a diretora técnica aludiu que essa se constituía como “um recurso essencial de suporte ao desenvolvimento do modelo de intervenção, que abrange todos os cuidadores”, tendo esclarecido que a supervisão assentava na “reflexão sobre a ação, na procura das estratégias de intervenção que melhor se adequam ao grupo e às jovens como seres individuais”.

Quanto à formação continuada, a diretora técnica transmitiu que a equipa técnica, educativa e de apoio, tendo atribuições de importância central no planeamento e prossecução dos projetos de vida das jovens, deveriam estar devidamente preparadas para a intervenção com elas, com as suas famílias e com a comunidade envolvente, referindo-se às escolas, centros de saúde e restantes entidades. Assim, referiu que era crucial a formação tanto inicial como contínua das equipas, tanto do ponto de vista teórico como prático, bem como programas organizados de tutoria e supervisão. A diretora técnica esclareceu que essa formação deveria ser programada de acordo com as necessidades identificadas ao longo do processo. Não obstante, a profissional aludiu que consideravam áreas prioritárias de formação o identificar e gerir comportamentos disruptivos e situações de crise, o trabalho em equipa e coesão, a gestão e mediação de conflitos e relações interpessoais, a gestão do stress e assertividade, entre outros. A diretora técnica concluiu, referindo que “mudar

comportamentos requer um grande investimento de todas as pessoas que aqui trabalham. Aqui todos os profissionais têm a sua visão que tentámos sempre que seja valorizada. Aqui todos os adultos educam e cuidam”.

Na conversa intencional com a **Dra. Carminho**, profissional da equipa técnica, esta referiu que era educadora social e que trabalhava na instituição há 6 anos, ou seja, desde o ano em que a CAR tinha aberto as suas portas à comunidade para acolher jovens. Desempenhou desde sempre o papel de técnica gestora de caso, sendo que na altura acompanhava 6 jovens. Na perspetiva dela quando era destacada como gestora de caso para alguma jovem sentia um sentido de responsabilidade enorme sabendo que seria uma referência para as jovens, bem como para as suas famílias e preparava-se sempre para um novo desafio, uma vez que “nenhum caso é igual a outro nem nenhuma jovem é igual a outra”. Como expôs, enquanto técnica gestora de casos cabia-lhe acompanhar as jovens desde o momento da receção e acolhimento inicial até ao momento da sua desinstitucionalização, sendo, durante esse tempo, a “representante legal” das jovens. Acrescentou que, para além dessa “enorme” função, enquanto gestora de caso também realizava acompanhamentos domiciliários, dirigia-se a consultas médicas ou a reuniões das escolas, tendo ainda a seu cargo a responsabilidade de articular com as entidades que acompanhavam as famílias e desenvolviam um trabalho com elas. Aludiu que, nas ausências da diretora técnica era ela mesma que a substituía, pois tinha sido o que tinha ficado designado de entre a equipa técnica.

Em relação às relações inter e intra equipas, exprimiu que ao longo do trabalho eram expostas a diferentes cenários que exigiam comportamentos e habilidades para conseguirem lidar com as diferentes pessoas com quem trabalhavam, referindo “falo das capacidades ligadas ao relacionamento quer intrapessoal quer interpessoal, sendo que estão ambos relacionados entre si”. Enquanto profissionais de relação acreditava ser importante “conhecerno-nos a nós próprios, identificar os nossos pontos fortes, bem como os que precisam de ser melhorados (...) e também é crucial conhecermos as nossas emoções e competências”. Paralelamente, também disse que outro aspeto muito importante se prendia com o relacionamento interpessoal, com as relações que estabeleciam umas com as outras, referindo “a relação com o próximo, a maneira como lidamos com as nossas colegas e, todos os envolvidos no

ambiente de trabalho merece também a nossa atenção”. Referiu que a equipa técnica “é uma equipa que integra pessoas muito diferentes. Mesmo algumas de nós tendo a mesma formação a nível de área, todas temos a nossa bagagem pessoal e isso muitas vezes acaba por se refletir no nosso trabalho. Mas no geral damos-nos todas bem e, tendo objetivos comuns, compreendemos que a partilha realizada com regularidade ajuda-nos muito”. Acrescentou ainda que “se cada profissional conseguir ter cada vez mais e mais consciência da sua personalidade, conseguirão dominar as suas atitudes, mas para isso é preciso cada uma de nós estar recetivas a desenvolver algumas habilidades que são muito valiosas na construção de um trabalho desta natureza e que podem potenciar o crescimento pessoal, profissional e, também, àquilo que eu chamo o trabalho em equipa”. Quando questionada sobre que habilidades considerava importantes serem desenvolvidas, expôs que havia várias e “certamente que para o desenvolvimento de algumas levaremos dias, meses ou até anos, mas o importante é investirmos nelas e dar o nosso melhor”, mas conseguiu enumerar algumas, sendo elas: a humildade profissional “estarmos sempre dispostas a aprender com quem trabalhamos”; a persistência “para alcançar objetivos traçados, mesmo que ao longo do caminho nos surja dificuldades”; a resiliência “a capacidade de superar após enfrentarmos adversidades, ou seja, falo da capacidade para recomeçar, mesmo depois de nos depararmos com os fracassos que tantas vezes nos assumimos como “culpadas” deles e outras vezes que em nada esteve nas nossas mãos fazer diferente”; a flexibilidade “para descobrir novas possibilidades e nos adaptarmos a situações desconhecidas ou inesperadas”; e a motivação “para encarar o dia a dia, a rotina a que estamos sujeitas... independentemente de nenhum dia ser igual ao outro e virmos para aqui e não sabermos o que irá acontecer ou que forças teremos de mobilizar...acaba por ser uma rotina pois há repetição de procedimentos e hábitos. Há práticas que se assumem como constantes”. Partilhou ainda que “estaria a mentir se dissesse que é uma realidade que não é cansativa, pois na verdade é uma realidade complexa e desgastante, que exige muito de quem realmente se compromete a estar aqui verdadeiramente”. Ainda em relação à equipa técnica, a Dra. Carminho mencionou que, além das vezes que se reuniam nos seus gabinetes ao longo dos dias, se reuniam, mês a mês, na sala de reuniões da instituição, com um técnico exterior para supervisão. Como reforçou, nessas

reuniões eram discutidas e refletidas questões relacionadas com as práticas e também havia abertura para a discussão de casos e situações concretos. Além disso, nesses encontros também tinham em consideração aspectos relacionados com o fator emocional da equipa “onde não se dá apenas atenção às capacidades técnicas se é assim que posso chamar, mas também, ao desenvolvimento de estratégias relacionadas às questões intrapessoais e isso para mim é investir de forma total na nossa formação enquanto pessoas e enquanto profissionais”. Encarava a supervisão como uma orientação e expôs que também era encarada assim pelas colegas. Apreciava essas reuniões como momentos bastante pertinentes e positivos para a CAR no seu todo por serem necessárias para o aperfeiçoamento do trabalho que construíam e por permitirem “crescer e renovar as nossas formas de agir e interagir”. Ainda relativamente ao assunto da supervisão externa referiu que era fundamental que essa contemplasse as diferentes perspetivas no sentido de crescimento coletivo dos diferentes atores sociais, “onde as decisões possam ser tomadas num ambiente democrático, permitindo o crescimento da equipa, em torno dos objetivos que desejamos alcançar”.

Relativamente à equipa educativa, evidenciou a importância que tinham no quotidiano das jovens, tendo referido que a sua principal função era “o acompanhamento das jovens nas rotinas”. Acrescentou ainda que “ambas as equipas são muito importantes para o bom funcionamento da casa. A equipa educativa faz-nos chegar as informações mais relevantes relativas às jovens e ao funcionamento geral da casa”. Para isso, referiu que as equipas se apoiavam em algumas estratégias para a informação ser partilhada de forma mais eficaz, como por exemplo “registamos todas as informações que consideramos relevantes; estamos sempre contactáveis, tendo sempre dois telefones ou mais ao cuidado de cada uma das equipas; trocamos emails com informações”. A profissional explicou que as ocorrências eram registadas e partilhadas pelos profissionais que tinham presenciado a situação e após dialogarem com elementos da equipa técnica, de modo a analisarem em conjunto a gravidade da situação, os educadores eram os responsáveis por aplicar a medida reparadora. Salientou que “aqui tentamos muito que haja um trabalho coletivo. As decisões não são tomadas individualmente, há sempre a preocupação de haver partilha e discussão para se tentar fazer o que é o melhor”. Ainda no que diz respeito à

equipa educativa, a profissional evidenciou que pelo facto de ser uma equipa numerosa, por vezes existiam certos conflitos. Sobretudo, na opinião dela, por ser uma equipa que integrava muita gente, que por sinal tinham opiniões e maneiras de estar muito diferentes, referindo “cada um tem a sua maneira de estar e desenvolver o seu trabalho, mas enquanto equipa há a exigência de estarem juntos em prol de um mesmo objetivo e chegar a acordos que devem prover de ideias e soluções conjuntas”. Na perspetiva da Dra. Carminho, apesar de o facto de a equipa educativa ser numerosa acarretar desafios individuais e coletivos, simultaneamente, era vantajoso quando se provava que conseguiam trabalhar em equipa, o que nas suas palavras “é muito valorizado por nós”. Contudo, partindo do pressuposto que sabíamos que se as pessoas soubessem estar em equipa teriam todo o potencial de fazer sobressair o melhor de cada elemento, lembrou que se a equipa não funcionasse bem por algum motivo, podia fazer com que alguns elementos se sentissem menos bem. Para clarificar esse pensamento mobilizou a expressão “podemos correr o risco de se sentirem inferiores e sem importância, o que pode fazer com que contribuam menos e podem sentir-se desencorajados para usar as suas qualidades”, partilhando que não era isso que desejavam para a CAR, mas sim fazer com que os profissionais percebessem que cada um deles contribuía, da maneira que conseguisse, para “a equipa ir mais além”. Aproveitando o que disse anteriormente, dirigiu-se para nós e disse-nos “assim como vocês, também é muito importante para nós acolher estudantes no âmbito da formação, pois trazem olhares limpos, novos e contribuem, da mesma forma, para o nosso crescimento”.

Referiu que acreditava que a cooperação entre as equipas se constituía como uma das bases para que o caminho fosse cada vez melhor e que a comunicação era fundamental, revelando que sentia que os profissionais começavam a compreender cada vez mais a importância da comunicação e da colaboração interna, esforçando-se para que a transmissão da comunicação fosse melhor entre eles. No que concerne à proximidade existente entre as equipas técnica e educativa, a profissional aludiu que “para mim termos um contacto próximo é primordial...é claro que não vou dizer que os laços se constroem de um momento para o outro...”. Acrescentou ainda que “a equipa educativa tem mudado regularmente, pois as pessoas vão saindo por vários motivos, mas posso dizer que sinto que tendemos a ter uma grande proximidade com todos

os elementos, ou pelo menos, tentamos com que isso seja possível. Gosto de sentir que eles estão à vontade para vir falar comigo sobre qualquer assunto”. Paralelamente exprimiu que “tal como com as jovens, também com os profissionais, a relação é das ferramentas importantes para o sucesso..., mas tudo o que conseguimos alcançar só se consegue quando há entrega, compromisso e partilha”.

Sobre a equipa de apoio, a profissional referiu que integrava 9 profissionais, estando destacados para diferentes serviços, como: duas pessoas na área administrativa e financeira, duas cozinheiras e uma ajudante de cozinha, três auxiliares de serviços gerais e um guarda rondista. De forma sucinta explicou que as profissionais responsáveis pela cozinha preparavam as refeições para as jovens, ajudavam na elaboração das ementas, limpavam o espaço e auxiliavam no treino de competências, isto é, orientavam e ensinavam as jovens a confeccionarem algumas refeições. A profissional referiu que essa função apenas era realizada com poucas jovens que se encontravam na fase de autonomia e com as quais se perspectivava que o plano de vida fosse a autonomia de vida. De entre os auxiliares de serviços gerais a profissional elucidou que eram profissionais que realizavam tarefas relacionadas com a lavandaria, a limpeza dos locais da CAR e as viaturas. Relativamente ao motorista, de acordo com a profissional, era responsável pelas deslocações das jovens que não o faziam autonomamente por se encontrarem nas fases iniciais do processo terapêutico. A profissional também referiu que havia duas das jovens que tinham aulas no exterior, devido às suas especificidades, todas as deslocações eram feitas em companhia do motorista ou de profissionais que estivessem ao serviço, disponíveis para o fazer. Ao pessoal administrativo, como a profissional referiu, desenvolviam tarefas de carácter administrativo referentes à CAR e asseguravam a articulação com os diversos serviços. Por fim, o guarda rondista tinha a principal função de assegurar a defesa e a vigilância das instalações, estando atento aos movimentos ao redor da instituição. Quanto à existência do guarda rondista a profissional referiu que esse só fazia turnos durante as noites. No que se refere aos elementos da equipa de apoio a profissional mencionou que devido ao seu trabalho ser realizado em diferentes espaços concretos da instituição, não se notava tanto a relação que existia entre os diferentes profissionais das várias equipas. Contudo, “nós fazemos muita questão que eles

se sintam muito importantes e acarinhados”, uma vez que “também eles fazem um trabalho muito importante e é preciso que eles próprios ganhem consciência disso”. A Dra. Carminho realçou que “vê-se que as jovens têm uma grande proximidade com os profissionais dessa equipa” e ainda “também se nota que eles têm um carinho muito especial por elas...que se dedicam muito às tarefas que lhes são incumbidas”. No entanto, destacou que em diferentes momentos, dependendo do estado de espírito das jovens, as mesmas, revelavam maior cumplicidade ora com as cozinheiras ora com a roupeira. O senhor Moreira (o motorista) de acordo com esta profissional era visto pelas jovens como “aquele que muitas das vezes as acompanha fora da instituição, aquele que as leva para fora, para o mundo”. Expôs que as jovens tendiam a apelidar os profissionais com alcunhas ou atribuir-lhes graus de parentesco, que na sua perspetiva simbolizava “uma forma de carinho” e era um sinal para que os profissionais não se esquecessem do “quão importantes são para elas”.

Quando questionada acerca dos problemas existentes na instituição, a profissional mencionou a escassez de recursos humanos na equipa educativa, a falta de higiene por parte das jovens, os comportamentos menos adequados por parte das jovens e a pouca autonomia por parte das jovens. Todavia, relativamente à escassez dos recursos humanos, a profissional expôs que “isso é uma questão que, embora se faça contratações, parece que se existisse mais gente seria mais fácil... compreendo que para eles é uma sobrecarga enorme, mais do que para nós. As funções são diferentes...”. A falta de higiene por parte das jovens foi outro problema que a profissional referiu, explicando “é mais do que aparência física...é o cuidado que elas devem ter consigo próprias... na cabeça delas é um misto de tudo, de emoções, de pensamentos, mas elas têm de aprender a gostar delas e aprender a cuidar delas”. Ao longo das conversas, a Dra. Carminho clarificou que os comportamentos menos adequados por parte das jovens referiam-se à forma como as jovens interagiam entre si, pois, “tem uma dificuldade enorme em estar juntas, em dar-se bem...em ouvir-se...”. Sobre a questão da autonomia mencionou que pensava muito acerca desse assunto, referindo “o trabalho a fazer é bastante importante, tendo impacto sério na vida das jovens”. Partilhou algumas experiências com as quais tiveram contacto, reforçando que era essencial trabalhar com as jovens que tinham a medida de autonomia de vida (e não só) “efetivamente a preparação para essa fase”, pois,

“muitas delas que até voltam para casa dos pais só porque têm abrigo, uma casa para estar...mesmo que não tinham uma relação saudável com a família...” e acrescentou “por isso, sinto como muito importante ajudar as jovens nesse sentido da autonomia”. Sobre a superproteção das jovens por parte dos profissionais, a profissional referiu que concordava, reforçando que “não é por mal...aliás por vezes os profissionais até fazem isso inconscientemente, mas a verdade é que impedem que elas fortaleçam a sua independência... o que era importante para elas para se sentirem mais confiantes, seguras e capazes de fazer escolhas ao longo das suas trajetórias”. Reforçou que, embora aparentemente não parecesse, as jovens apresentavam baixa autoestima e baixa confiança, o que acabava por ter impactos significativos na vida delas – “demonstram-se fortes, mas é aqui dentro, em lugar protegido que elas, muitas vezes, acabam por ser o que não querem e o que querem...para o bem e para o mal”. A Dra. Carminho considerou que muitas das jovens faziam “espécie de teste, de nos pôr à prova”, com o intuito de, na voz desta profissional, “verem se nós profissionais continuamos a lutar por elas”.

Dialogando sobre a relação existente entre a equipa técnica e as jovens, a profissional salientou que “existe uma grande proximidade e tentamos muito estar presentes a todos os níveis. Embora os nossos gabinetes sejam “distantes” da casa elas sabem que podem procurar-nos”. Acrescentou ainda que “nunca nos podemos esquecer que somos uma referência para elas, estando aqui dentro ou quando saímos lá para fora com elas”.

No que diz respeito à dimensão escolar, a profissional acabou por referir que era das dimensões que mais valorizavam dentro da CAR. Além disso, partilhou que “não nos preocupamos apenas com os resultados em si, mas é importante que elas consigam aprender num ambiente seguro e onde elas possam errar sem serem julgadas...é claro que por parte das colegas há sempre atitudes menos positivas, mas os professores aqui têm um papel crucial na formação delas. A maneira como eles são capazes de conduzir as aulas e a forma como se relacionam com elas também potenciam nelas formas mais aceitáveis de se estar num contexto formativo, como é a escola”.

No que concerne às jovens acolhidas, a profissional declarou que este era o quinto grupo de jovens que acolhiam na CAR e que todos os grupos sendo diferentes “trazem consigo novos desafios para todas as pessoas que aqui

trabalham”. Descreveu as jovens que na altura estavam na instituição como sendo “no fundo são jovens normais, mas que já passaram por muito... como qualquer pessoa, precisam de atenção...muita atenção”, acrescentando que “todas elas são muito especiais e são muito capazes, precisam é de ter ajuda e uma sociedade que também lhes dê oportunidades”.

Relativamente ao facto de na CAR o regime ser progressivamente mais aberto, onde as jovens iam passando de fases consoante os pontos que conquistavam e encontravam-se, pelo menos, durante os tempos iniciais mais fechadas na instituição, a Dra. Carminho referiu que “devido a muito que passaram elas precisam. Precisam de estar desligadas por algum tempo do mundo de lá de fora para depois quando regressarem, regressarem de forma diferente”. Porém, referiu que era frequente as jovens se queixarem das regras da instituição, mas que era um dos locais onde elas se “sentem realmente seguras e prova de que o trabalho que fazemos aqui é significativo para elas é que elas valorizam muito mais depois de sair”.

A Dra. Carminho também partilhou que considerava as jovens um pouco conflituosas e que por vezes surgiam conflitos “desnecessários e que poderiam ser evitados...era uma questão de estarem mais dispostas a ouvirem-se com mais atenção...estarem mais disponíveis para se tentarem colocar na pele umas das outras”. Salientou que as jovens devido aos seus temperamentos, disponibilidade e experiências de vida tendiam a agrupar-se em pequenos pares ou trios, mas que “nem isso é linear. ... elas num dia dão-se muito bem como de repente parece que estão aqui cada uma por si. Não é que isso seja mentira, cada uma é responsável pelo seu caminho aqui no interior da instituição, mas era mais fácil se o grupo fosse unido... elas quando querem conseguem ser tão boas umas com as outras. Por vezes conseguimos ver atos de preocupação mesmo genuínos. Conseguem ser mulheres, que é isso que elas são”.

No que se refere a ocorrências que eram vistas como mais graves, a profissional referiu-se aos momentos de auto e heteroagressão que ocorriam, algumas vezes, entre as jovens e das jovens para com os profissionais de ambas as equipas. Mencionou que “a equipa educativa está sempre mais exposta a este risco, mas há sempre na casa elementos da equipa técnica que nesses momentos, se considerarem pertinente, também intervêm e acabam por sair magoados”. Acrescentou ainda que “sempre que acontecem episódios desse

gênero as jovens e/ou os profissionais que acabam por ser as vítimas são sempre incentivados a apresentar queixa. É claro que fica ao critério de cada um prosseguir ou não com a queixa, mas, particularmente a diretora técnica incentiva muito a que se faça. Principalmente porque é importante para elas tomarem consciência dos seus atos”. Como explicou a profissional, quando as pessoas envolvidas acabavam por apresentar queixa as jovens que tinham executado os atos eram notificadas, ficando com uma ocorrência. Ainda relacionado com esse aspeto, a profissional mencionou que “por vezes é a incapacidade de lidar com os sentimentos que faz com que elas tenham esses episódios, refletindo-se nas marcas do próprio corpo ou no corpo dos outros...mas não tenho dúvidas que o sofrimento está intimamente associado a dificuldades ou situações pelas quais elas passam...é muito mau, angustiante para nós vê-las naqueles picos”. Completou que “as autoagressões são um sinal para nós. Sinal de que algo não está bem, pois faz com que elas agridam o seu corpo quando se sentem tristes, com raiva...”. Deu o exemplo de jovens que se mutilavam, com agressões como cortes e batidas do corpo contra a parede, referindo que “acredito que quando se autoagredem é uma tentativa de aliviar sensações menos boas, como a angústia, a raiva ou frustração”. A Dra. Carminho ainda acrescentou que “os atos de se cortarem não acontecem de forma isolada. Comummente associam-se a sentimentos como a impulsividade, a instabilidade, a dificuldade para falarem sobre as suas emoções, aos conflitos, à vergonha ou ainda à autocrítica acentuada que têm delas próprias”. A profissional partilhou que as jovens anteriormente a esses episódios costumavam relatar que se sentiam com receio, raiva, culpa e ainda, ambivalência entre magoar alguém ou magoar-se a si próprias. Na voz da Dra. Carminho “tais sentimentos que são tão frequentes nelas são vivenciados de forma tão intensa que provocar a dor física é um dos mecanismos que nos parece que elas usam como forma de procurar alívio”. Além disso reforçou que quando as jovens se cortavam, por exemplo, mais do que “uma tentativa de chamar a atenção é um pedido de ajuda. Sinal de que precisam de ajuda para lidar com o que sentem e de desenvolver capacidades que lhes permita expressar tais emoções”. Referiu que os diferentes profissionais procuravam estar muito atentos às “pistas” que as jovens apresentavam, dando como exemplos os pequenos arranhões e os pedidos constantes de objetos cortantes, tendo

acrescentado que a entrada de objetos cortantes na casa era muito controlada e que as jovens só os tinham em sua posse com a presença de um adulto.

Também considerou que as jovens desejavam construir relações de proximidade e segurança, mas que “temem profundamente a rejeição e o abandono”, reforçando uma vez mais a pertinência da comunicação para que também as jovens se sentissem seguras, valorizadas e confiantes. Além disso, referiu ser importante que os profissionais tivessem a sensibilidade para tentar compreender o que as jovens estariam a sentir e que acreditava que a criação de estratégias que facilitassem o diálogo sobre os sentimentos constituía-se como basilar.

Referiu que as “assembleias” decorriam às sextas feiras da parte da tarde e que era nesse momento que as jovens tinham conhecimento da sua “nota”, o que fazia com que as sextas fosse “um dia muito pesado...mais para ela do que para nós, mas também temos às nossas costas o fardo que é: nesta assembleia ou naquela vou comunicar algo que sei que vai deixar a X ou a Y mal...”. Acerca das “notas” atribuídas semanalmente a Dra. Carminho aludiu que muitas das vezes os profissionais que participavam nas “reuniões de pontos” passavam por “cima das notas”, tomando em consideração o que era mais importante para as jovens em determinado momento, acrescentando que “por vezes pode parecer, mas a nota nunca tem mais valor que as necessidades delas”.

A nível da autonomia, a profissional referiu que era muito importante o facto de as jovens participarem nas tarefas domésticas da instituição, tendo partilhado que cada uma era responsável pela limpeza do quarto. Além disso, de acordo com a mesma, todas as jovens tinham tarefas domésticas coletivas como era o exemplo da limpeza do refeitório, da sala de convívio, das casas de banho, ou seja, das áreas comuns. A Dra. Carminho evidenciou que todos esses aspetos eram avaliados diariamente, cabendo aos educadores que estavam ao serviço, registar quantitativamente o desempenho das jovens na realização dessas tarefas. Na opinião da profissional, os dias e horário dedicados às limpezas para algumas das jovens representava um momento de “relaxamento... um dos momentos em que elas podem estar fechadas no seu quarto, no seu espaço a ouvir a sua música, é como se se refugassem”.

Por fim, a profissional expôs que o planeamento de atividades era uma função desenvolvida pela equipa educativa. Embora, o objetivo era que fosse

“feito e pensado em conjunto, visando responder aos interesses e bem-estar das jovens”. Acrescentou que as jovens tendiam a envolver-se em atividades que fosse do seu interesse e deu o exemplo da natação, do teatro de marionetas e do yoga como atividades que tinham sido pedidas pelas jovens e conseguidas através de apoios. Explicou que as duas últimas eram realizadas no interior da casa, uma vez que conseguiram profissionais que se disponibilizaram para tal. Paralelamente, mencionou que a participação e empenho das jovens nas atividades eram avaliados através “dos olhos dos profissionais que estão presentes...preenchem uma ficha de avaliação que pretende qualificar o envolvimento delas”, acrescentando que “e podem também escrever observações que consideram pertinentes”.

Na conversa intencional com a **Dra. Margarida**, profissional da equipa técnica, esta mencionou ser educadora social e que trabalhava na CAR há 6 anos, sendo que acompanhava como técnica gestora de caso 7 jovens. Na opinião da mesma, a chegada das jovens à CAR era muito importante, pois para cada uma delas significava “uma mudança” acrescentando que “essa mudança começa quando entram por aquela porta e deve ser muito bem preparada”. A Dra. Margarida partilhou que tinha especial cuidado na fase em que acolhia as jovens, sendo que no momento inicial de acolhimento, além de transmitir as informações gerais de funcionamento da instituição, como é definido em regulamento, também tinha a preocupação em transmitir às jovens que na casa estariam pessoas que se iam dedicar a elas, que as iam ajudar no dia a dia e acima de tudo, na voz desta profissional, era extremamente importante transmitir-lhes que “são pessoas com quem podes contar para garantir o teu bem estar”. A profissional considerou que o tempo que as jovens viviam na CAR era uma “oportunidade”, mas que era vivenciado de diferentes formas por cada uma delas, considerando-as “únicas na sua forma de ser e estar para com elas e para com os outros”. Além disso, referiu que enquanto gestora de caso tinha funções muito específicas que considerava cruciais, tendo destacado o elaborar e zelar pela organização e dinamização do processo individual de cada jovem; o fazer o registo em documento próprio dos objetos pessoais das jovens que ficavam sob tutela da instituição; o tomar conhecimento do que se registava

diariamente no livro de ocorrências e promover, em equipa, a reflexão sobre cada jovem.

A Dra. Margarida considerou a equipa técnica como sendo “uma equipa coesa”, tendo salientando que um dos valores que fazia com que isso fosse possível era a confiança. Acrescentou que se referia à confiança como um dos valores mais importantes, pois “é o que gera a segurança entre nós e a sensação de que as minhas colegas não agirão de forma desleal para comigo... no fundo, estamos a tentar caminhar todas num só sentido: o bem estar das meninas”. Expôs que as relações entre os profissionais deveriam ser baseadas também na cooperação, compartilhamento de conhecimentos e reciprocidade, contribuindo assim, para levar a cabo a missão da CAR que se prendia com o promover e assegurar a proteção das jovens, definido um projeto de vida adequado, que lhes permitisse desenvolver a sua autonomia para uma efetiva integração na sociedade, através de um ambiente propício ao seu pleno desenvolvimento. Ainda relativamente à relação existente entre os elementos da equipa técnica, a profissional referiu que acreditava que “quanto maior for a confiança entre nós enquanto grupo, maior será a riqueza entre as nossas relações”, acrescentando ainda que “maior será a sinergia, maior será a rapidez na tomada de decisões”.

Referiu que as jovens, devido a experiências das suas vidas, tendiam a não confiar nas pessoas e na opinião da mesma, os profissionais teriam de ser capazes de devolver às jovens que existiam pessoas confiáveis, fazendo com que elas olhassem para eles “como adultos em quem podem confiar”. Além disso, mencionou que no quotidiano não se podiam esquecer que eram “exemplos e espelhos” para as jovens, referindo que, “se nós queremos muito que elas consigam ouvir o outro, por exemplo, enquanto adultos, temos de fazer com que isso aconteça entre nós, demonstrando-lhes que é possível ser bom ouvinte, aceitar a opinião dos outros... que é possível existir boas relações e pessoas a quem podemos recorrer”. Para a Dra. Margarida, as relações só se frutificavam e cresciam se houvesse confiança, sendo que referiu que “se perder isso é como se houvesse uma quebra e depois aí assim, terá de haver uma emenda de qualquer das maneiras...sendo que tem de haver um esforço de cada um dos elementos para reerguemos enquanto equipa”. Como frisou “nas relações que criamos, inevitavelmente, haverá sempre pontos vulneráveis”, contudo, expôs

que não desejava perder a confiança nas colegas com quem partilhava o seu trabalho, pois nas palavras dela “se eu perder a confiança nelas perco, de forma natural, toda a admiração e respeito por elas enquanto pessoas e profissionais”.

Aludindo-se aos profissionais de uma forma geral disse “valorizo muito as pessoas que trabalham aqui e reconheço que a maior parte deles se esforça para sermos uma equipa de verdade”. Todavia, referiu que se não existisse boa comunicação e espírito de equipa “corre-se o risco de não se conseguir intervenções ajustadas às pessoas com quem trabalhamos”. Especificou que todos os profissionais “acabam por ter informações preciosas e têm o dever de cuidar de valores”, contribuindo, na opinião da mesma, para a formação das jovens.

Retomando ao assunto de gestora de caso a profissional referiu que era muito importante a questão da confidencialidade e da privacidade. Além disso, acrescentou que enquanto profissionais tinham um “duplo papel: sermos pessoas confiáveis e simultaneamente sermos pessoas que confiam”, referindo-se que por um lado, era muito importante que os profissionais fossem consistentes e honestos com as jovens, mesmo “nas situações mais difíceis”. Por outro lado, como já referido, segundo a profissional, era necessário, igualmente, que fossem capazes de confiar nas jovens. Para a Dra. Margarida, a confiança não era “algo que se ganha de um dia para o outro” e era um sentimento que na instituição valorizavam muito, devendo ser “cultivado e fortalecido diariamente” principalmente, de acordo com a mesma, através do respeito. A profissional enumerou algumas características que na opinião dela eram cruciais para que os profissionais fossem vistos pelas jovens como pessoas confiáveis, sobretudo “a presença, demonstrando que estamos aqui se precisarem e a consistência na responsabilidade, no cuidado e dedicação”. Como referiu, ao longo do tempo, acolhiam jovens muito diferentes e com percursos de vida muito diversificados, mas evidenciou que tais características eram “a base para qualquer criança, jovem ou adulto sinta que somos de confiança e é isso que possibilita que as relações sejam duradouras”. Relativamente à relação entre a equipa técnica e as jovens, a profissional referiu que sentia que tinham uma relação boa, de proximidade, acrescentando que “sinto que nos tornamos uma referência muito importante para elas”.

Quanto à equipa educativa, a profissional referiu que essa era a equipa que mais sofria alterações ao longo dos tempos, não sabendo pronunciar-se muito bem se considerava isso vantajoso ou não para as jovens. No entanto e em concordância com a Dra. Carminho, afirmou que para a equipa em si isso fazia com que existissem “pequenos conflitos e desacordos, pois são muitas pessoas e muito diferentes umas das outras”. Paralelamente, expôs que, independentemente das estratégias que usavam para facilitar a comunicação e a união entre os elementos, considerava realmente importante que os profissionais da equipa educativa, por si, mobilizassem esforços para conseguirem comunicar, apoiando-se uns aos outros na partilha e tomada de decisões. De uma forma geral, manifestou que as jovens mantinham uma boa relação com os educadores, mas “como é natural do ser humano, algumas delas criam laços mais fortes com uns do que com outros”, acrescentando que “elas não têm relutância em expressar as suas preferências...por vezes até de maneiras menos simpáticas, o que pode provocar nos profissionais sentimentos menos bons”. Perante isso, referiu que “não é um trabalho fácil. São expostos a muitas coisas...”, referindo ser importante que os profissionais se sentissem valorizados e que não podiam deixar de cuidar deles próprios.

A equipa de apoio, na perspetiva da Dra. Margarida, embora desempenhasse um trabalho mais “autónomo”, era igualmente preponderante para a CAR e as jovens reconheciam-no. Além disso, referiu que nessa equipa os conflitos e as discórdias entre os elementos não eram tão acentuados ou pelo menos não eram tão visíveis, uma vez que “trabalham muito no “seu canto”, muito focados nas tarefas que têm à sua responsabilidade”. No que respeita às relações existentes entre a equipa educativa e as jovens, a Dra. Margarida aludiu que “geralmente as jovens costumam dar-se bem com os elementos dessa equipa, criando relações muito familiares, diria eu...”, o que na opinião da mesma, estava relacionado com o facto de esses profissionais revelarem sempre “disponibilidade para elas...é claro que também ralham com elas quando acham necessário, mas estão sempre dispostos a oferecer uma palavra de luz e isso é visto por elas como um ato de carinho”.

Destacou o papel desempenhado pelos estagiários e pelas pessoas que se comprometiam a ir para a instituição desenvolver trabalhos de terreno, tendo referido “valorizo de verdade o esforço e dedicação das pessoas que entram por

aquela porta e esforçam-se ao máximo para serem e estarem aqui connosco no contexto real. Sei que temos bons profissionais aqui e sei que há muitos profissionais bons por aí e acho mesmo que as instituições só têm a ganhar quando abrem as suas portas e dão a oportunidade de se aprender com o trabalho que é desenvolvido dentro das “quatro paredes””. Ainda acrescentou que, “neste caminho todos nós teremos a possibilidade de aprender uns com os outros. Vocês trazem espírito de renovação, proporcionando mudanças significativas e nós conseguimos demonstrar como olhamos o nosso trabalho e como o realizamos.” Para além disso, mencionou que a integração dos estudantes na CAR era “um processo de desenvolvimento e aprendizagem” para todos os envolvidos.

Quando questionada sobre quais considerava ser os problemas existentes na instituição, a profissional referiu as relações entre as jovens, que na opinião dela “não eram muito positivas”, tendo acrescentado “assim como valorizam os seus próprios sentimentos, elas precisam muito de também valorizar o que as colegas sentem; precisam de se ouvir; precisam de ser capazes de perceber que há maneiras e maneiras para falar, expondo o seu ponto de vista sem precisarem de magoar os outros”. Também referiu que a preocupava o facto de algumas jovens se apresentarem como pouco seguras e confiantes, despreocupando-se com a sua imagem e a sua saúde. Outro dos problemas que mencionou foi a pouca autonomia das jovens, referindo que muitas das vezes a equipa de apoio “não as coloca na cozinha ou na lavandaria porque é mais fácil serem elas as profissionais a fazer. Dá menos trabalho. Ter as jovens nesses espaços a desempenhar as tarefas exige maior atenção dos profissionais e é preciso que haja disponibilidade e paciência para ensinar”.

A Dra. Margarida reconhecia as jovens como sendo “autênticas”, reportando-se à questão de que elas não fingiam ser quem não eram para conseguirem aceitação de pessoas que consideravam que não lhes “acrescentará nada nas suas vidas”. Acrescentou que “não têm problema nenhum em dizer que não gostam de uma pessoa, por vezes não o expressam é da melhor maneira”. Além disso, referiu que eram jovens que precisavam de “muita atenção e pessoas que cuidem delas”.

Na conversa intencional com a **Dra. Laura**, profissional da equipa técnica, esta mencionou que era educadora social e que tinha integrado a equipa há relativamente pouco tempo devido à saída provisória da Dra. Inês. Contudo, como referiu, “mas não sou uma cara nova por aqui...quer dizer, só sou para as meninas e para os profissionais que integraram há menos tempo a casa, pois eu costumo vir auxiliar esta equipa sempre que precisam”. Explicou que era técnica gestora de caso de 4 jovens, especificamente, das que a Dra. Inês acompanhava. Referiu que a Dra. Inês costumava ter à sua responsabilidade menos jovens que as outras profissionais da equipa técnica, uma vez que tinha outras funções a seu cargo, nomeadamente a nível de investigações e publicações.

Quando questionada como se sentia integrada na equipa técnica e acerca do desempenho da mesma, referiu que “apesar de considerar um trabalho muito exigente a todos os níveis, é um gosto colaborar com esta equipa que procura fazer o melhor que consegue”. Mencionou ainda que “posso dizer que me sinto honrada por fazer parte desta equipa e refiro-me à equipa no seu todo, tanto a elas que estão deste lado como aos profissionais que estão dentro da casa, desde os educadores, às cozinheiras e roupeira até ao senhor que faz com que seja possível que as jovens se apresentem a consultas médicas, às escolas, ao tribunal... refiro-me a todos pois tenho a consciência de que se não houvesse estas pessoas todas seria muito mais difícil desenvolver-se um trabalho de qualidade”. Além disso mencionou que gostava de partilhar o gabinete com a Dra. Margarida, pois reconheceu que facilitava a troca de ideias, sendo que acrescentou “mas todas nós nos ajudamos mutuamente nesta tarefa do cuidar... ao longo do tempo, quando sentimos ser necessário, somos capazes de passar mais tempo no gabinete das colegas do que no nosso próprio gabinete” pois segundo a mesma “valorizamos muito a comunicação e partilha entre nós”.

Relativamente à relação desenvolvida entre a equipa técnica e as jovens salientou que “vejo com muitos bons olhos, sinto que temos uma boa relação”. Contudo, expressou que “para mim não foi fácil entrar nesta fase e assumir o papel de gestora de caso”, uma vez que nas palavras da Dra. Laura “as jovens apresentaram muita resistência em contar comigo, em confiar em mim, em procurar-me...”. Mencionou que “o que é perfeitamente compreensível. Elas antes estavam a ser acompanhadas pela minha colega e embora essa me tenha colocado a par de várias situações e especificidades das jovens e tenha existido

um trabalho gradual no que toca à minha integração na vida das jovens, a verdade é que as mesmas teriam de ter disponibilidade para me aceitar”. Debruçando-se sobre alguns aspetos relacionados com as suas funções referiu que tinha de reconhecer os comportamentos que se revelavam mais significativos por parte das jovens, das facilidades bem como as dificuldades que as jovens poderiam estar a enfrentar “na realidade do acolhimento e no próprio grupo”. Ainda no que diz respeito à relação que foi construindo com as jovens referiu “foi uma relação que fui conseguindo construir ao longo do tempo, mas sei que também foi possível porque as jovens também o foram permitindo”.

No que concerne à equipa educativa, a Dra. Laura mencionou que “é uma equipa que faz um trabalho muito importante com as jovens pois esses profissionais têm um poder enorme nas suas mãos que é o de proporcionarem-lhes momentos de aprendizagem no quotidiano”. Todavia reconheceu que “devido à exigência e responsabilidade que têm sinto que alguns deles se sentem cansados e quando sentimos que algumas pessoas que trabalham connosco não se esforçam da mesma maneira que nós, isso acaba por ser ainda mais desgastante”. Referiu que a diretora técnica quando definia os horários dos educadores tinha a preocupação de não os juntar sempre com os mesmos colegas de trabalho, pois, na opinião da Dra. Laura, considerava que isso era maneira de fazer com que todos os elementos se conhecessem melhor. No entanto, esta profissional também aludiu que “o facto de serem uma equipa grande e haver muita rotatividade de horários, faz com que algo corra menos bem, como é o exemplo de partilha de ideias que por vezes não correm da melhor forma, o que às vezes gere pequenos conflitos entre colegas”. A relação existente entre a equipa educativa e as jovens era considerada pela Dra. Laura como “afetuosa e positiva”, no entanto, “há e haverão sempre preferências... e por vezes são menos adequadas com os profissionais com quem têm maior afinidade e proximidade, descarregando neles a sua tristeza, raiva e frustração”.

Em relação à equipa de apoio a opinião da Dra. Laura era que, assim como as outras equipas, esta também tinha um papel preponderante no dia a dia das jovens, referindo que os elementos integrantes dessa equipa tinham, igualmente, “nas suas mãos a missão de criar um ambiente acolhedor para elas”. Acrescentou também que “esses elementos fazem com que a casa seja um ambiente muito familiar para as jovens... a comida na mesa, a roupa lavada...”.

Paralelamente, dirigindo-se a nós referiu que “vocês também têm um papel muito importante para a CAR, para nós profissionais e para as jovens. Acontece naturalmente, quando entram aqui com o compromisso de estar verdadeiramente com elas, percebem que assumem um papel muito importante e contribuem de várias maneiras para o desenvolvimento e formação delas. Para nós profissionais, têm conhecimentos, ideias benéficas e visões novas que nos ajudam a refletir e a perspetivar a mudança”.

Ainda acerca do papel dos profissionais enquanto cuidadores na relação com as jovens em situação de acolhimento, a Dra. Laura referiu que as jovens naturalmente desenvolviam a necessidade de estabelecer vínculos com os profissionais da instituição, uma vez que era com eles que conviviam diariamente e era da parte desses que surgia o apoio responsivo que contribuía para o desenvolvimento das jovens. Para além disso, a profissional acrescentou que a proximidade que os adultos tinham em relação às jovens atuava como “uma procura pelo apoio”, acrescentando “em momentos de maiores obstáculos e em momentos de alegria”. A Dra. Laura referiu que a institucionalização, inevitavelmente, comportava aspetos negativos, mas também positivos, acrescentando que “mas acredito que muito depende de nós, está muito nas nossas mãos, adultos, fazer com que esta realidade seja sentida por elas como uma possibilidade de novos caminhos”. Acresce ainda referir que, segundo a Dra. Laura, era necessário que os profissionais compreendessem a importância de proporcionar às jovens acolhidas “carinho, atenção e segurança”, pois na opinião da mesma, “um clima de acolhimento que proporcione isso, faz com que as jovens, geralmente, respondam de forma positiva, dando oportunidades para a construção de relações afetivas seguras”. Em relação aos profissionais, descrevendo-os como “os cuidadores” e referindo-se principalmente aos da equipa educativa e de apoio, a Dra. Laura mencionou que era muito importante “olharmos para eles de maneira especial”, acrescentando que todos eles faziam parte do processo de aprendizagem das jovens e por esse motivo, também era crucial, “haver momentos em que eles possam ser escutados, pois é normal que surjam receios e dúvidas no decorrer da atividade profissional”, valorizando, assim, as reuniões de equipa e a supervisão.

Relativamente às jovens acolhidas, a Dra. Laura referiu que “são meninas que precisam de colo, de carinho, de educação e de competências... sei que elas no

fundo são jovens iguais a todas as outras, sendo que cada uma é única na sua forma de ser e estar” e acrescentou que “são jovens com muito potencial e muitas capacidades”. No que diz respeito às relações estabelecidas entre as jovens, a profissional aludiu que “elas são muitas e muito diferentes, o que na maioria das vezes gera conflitos. O que gera esses conflitos, aos nossos olhos, pode parecer mínimo, mas aos olhos delas ganham outras proporções. Até o que considero mais grave é o elas por vezes não se respeitarem”, acrescentando que “elas podem não simpatizar muito com uma colega, mas vivem na mesma casa e por isso, é muito importante, que no mínimo, se respeitem”.

Ainda sobre as regras de funcionamento da CAR e o processo de acolhimento, a Dra. Laura, esclareceu que existia “um sistema de avaliação de comportamento, atitude e desempenho”, onde em função dos registos diários de avaliação e autoavaliação de comportamentos, atitudes e desempenho das jovens, em reunião semanal, com a presença de ambas as equipas, técnica e educativa, era atribuída uma “pontuação, traduzida quantitativamente, posteriormente transcrita para a grelha de avaliação de progressão”.

Tal com já referira a Dra. Margarida, a Dra. Laura também considerou que a dimensão escolar era “das dimensões mais importantes na vida delas” e muito valorizada no dia a dia institucional. Debruçando-se mais sobre as jovens que frequentavam a escola no exterior, partilhou que “é um ambiente muito importante para elas que as ajuda no desenvolvimento de competências a vários níveis”, contudo, referiu que “devido às especificidades delas, também os professores e funcionários que trabalham nas escolas devem demonstrar paciência e ter em consideração que por vezes as suas opções, podem ser mais cómodas e mais fáceis para eles, mas não são necessariamente o melhor para as jovens”.

Referindo-se acerca do trabalho desenvolvido com as famílias, na perspetiva desta profissional, representava um “desafio para todos nós”. Referiu que sentia que “as famílias por vezes demonstram ter medo de nós, já que muitas das vezes têm o receio de perder as filhas”. Contudo, referiu que esse era um trabalho que articulavam com outras entidades e enumerou alguns aspetos que considerava importantes para o trabalho de acompanhamento com as famílias, nomeadamente “é muito importante que nós profissionais reflitamos sobre os nossos próprios valores e crenças em relação a estas famílias”, pois, “isso ajudar-

nos-á a não julgarmos as famílias a partir das nossas referências que, naturalmente, muitas das vezes, são diferentes das famílias com quem desenvolvemos este caminho”. Além disso, também referiu ser crucial “observar como é que os diferentes membros da família comunicam e se comunicam entre si; sermos capazes de acolher as emoções que podem surgir ao longo do processo”, acrescentando que “falo de sentimentos que na maior parte das vezes são maus, como a raiva, a culpa, a tristeza e o desamparo sentido por eles”. O reconhecimento e a valorização dos saberes e dos recursos das famílias foram outros aspetos apontes pela Dra. Laura, uma vez que, na voz da própria, “enquanto profissionais temos de ter a sensibilidade para olhar para elas como capazes, com capacidades e competências para construírem um caminho melhor”. A Dra. Laura mencionou que ela e as colegas de equipa tentavam “muito promover o diálogo e a troca de informações” entre as famílias e “construir junto com as famílias alternativas de mudança”, salientando “com as famílias e não por elas”. Acrescentou também que esse trabalho com as famílias era mais facilitado se elas tivessem disponibilidade, o que, na visão dela, muitas das vezes não existia, por diversos motivos. Mas, o mais importante, de acordo com esta profissional era “não julgar as famílias e preservar tempos e lugares em que elas sintam que se quiserem e se precisarem nós estamos lá”. Partilhou que “passo horas ao telefone com os pais das jovens que acompanho mais de perto...sei que isso não chega...sei que pode não parecer o mais importante, mas ao fazê-lo, comprometo-me a ouvi-los, a ouvir as suas dúvidas, receios e queixas...e a verdade é que me demonstram que isso é importante para eles. Tento transmitir transparência e carinho pelo trabalho que desenvolvo com as filhas deles e faço com que eles sintam que somos elementos próximos das filhas deles e que tudo o que queremos é o seu bem”.

Quando questionada sobre os problemas da CAR, referiu a “falta de higiene e cuidado da imagem pessoal por parte da maioria das jovens”, “a dificuldade de autorregulação das jovens, que causa alguns comportamentos menos adequados”, “a pouca autonomia das jovens e a dificuldade dos profissionais em promovê-la”. Mencionou também “o modelo de intervenção ser visto como um jogo e o desgaste emocional por parte de alguns educadores” como problemas existentes na realidade social.

Em conformidade com as profissionais anteriores, a Dra. Laura também reconheceu a importância de acolherem estagiários de diferentes áreas na instituição, tendo referido “por vezes não conseguimos olhar de maneira clara para o contexto onde estamos e é neste âmbito que surge a necessidade de termos outros conhecimentos e outros olhares que nos conduzam neste processo de estar e agir com as jovens, com as famílias e mesmo entre nós profissionais”. Para além disso, referiu que “sinto que a vossa voz ajuda-nos muito a refletir e que juntos vamos conseguindo encontrar caminhos alternativos” e partilhou que “devido à exigência e complexidade do trabalho desenvolvido muitas vezes os profissionais não se propõem a olhar para os obstáculos, pois parece que é mais fácil se não o fizermos, mas enquanto tivermos a oportunidade de contar convosco aqui na CAR acredito que fará com que haja vontade para agir, para olhar para a realidade de outras formas e para transformar”.

Por fim, na conversa intencional com a **Dra. Rita**, profissional da equipa técnica, referiu que era psicóloga clínica, tendo acrescentado que “ao longo da minha carreira profissional trabalhei em hospitais, em CPCJ’s bem como numa clínica de saúde. Neste momento encontro-me aqui e posso dizer que é um desafio totalmente novo para mim tanto a nível pessoal como profissional”. A mesma profissional mencionou que era a profissional que integrava a equipa técnica havia menos tempo na CAR, não sendo técnica gestora de caso de nenhuma das jovens acolhidas, estando responsável pelo acompanhamento clínico da maioria das jovens.

As jovens que viviam na CAR, de acordo com esta profissional chegavam por “terem comportamentos disruptivos. Pode ir desde atividades ou consumos que afetam a sua saúde, a fugas (do local onde viviam), absentismo e abandono escolar e até a envolvimento em delitos, por exemplo...”, acrescentando que “claro que ninguém se “porta mal” porque quer, principalmente quando ainda se é adolescente, habitualmente há raiva, revolta e outros sentimentos associados à sua vida e às pessoas da sua vida”. A permanência na CAR, dividia-se em 4 etapas “como se de um jogo se tratasse o bom comportamento permite adquirir pontos, semanalmente, de 0 a 5, e a acumulação destes passar ao nível seguinte. Percebemos a motivação que isto traz e o orgulho que representa

chegar à meta. A participação em comunidade, colaborar no zelo dos espaços e cuidar de si e dos outros são as competências mais valorizadas porque o melhor é sentir que podemos ser família...”. Após isso, referiu que “quando chegam, o tempo parece que não passam, dizem-nos elas. Quando saem, o tempo passa a voar, verbalizam. Em média são 18 meses que permanecem connosco. A fase que mais demora é a primeira. Temporalmente curta, emocionalmente parece infinita”, tendo acrescentado “infinitas são também as mudanças que acontecem desde o dia em que entram até ao dia que saem. Neste trabalho aprendemos muito uns com os outros”. Sobre a última fase do sistema progressivo por fases, de acordo com esta profissional “os momentos que antecedem a saída são sempre momentos de algum retrocesso. Não porque perderam capacidade, mas porque não é fácil gerir liberdade. Aumentam os sentimentos, aumentam as relações pessoais e sociais e aumenta também a responsabilidade”. Acrescentou ainda que essa era uma fase “especialmente interessante em que surgem as primeiras questões e os primeiros dilemas. É uma fase de cabelos em pé, mas dizem que as melhores coisas da vida despenteiam”.

A Dra. Rita mencionou que muitas das jovens apresentavam “problemas na área da saúde, quer pelas perdas sucessivas, quer pela degradação a que estiveram expostas durante as fases da sua vida”, tendo referido “por isso, é muito frequente necessitarem de cuidados ao nível das áreas da saúde física e mental”. Para além disso, explicou que no que se referia à saúde física, as jovens eram inscritas na unidade de saúde da área de influência da CAR e diligenciar-se-ia, com a maior brevidade possível, com o intuito da avaliação clínica das mesmas, para aferir as diferentes situações de saúde em termos físicos e quando era necessário, através da parceria com um dos hospitais do distrito, procedia-se à marcação de consultas de especialidade. No âmbito da saúde mental, como explicou esta profissional, recorria-se “ao acompanhamento pedopsiquiátrico e psicológico constante, quer para acompanhamento medicamentoso, quer para usufruírem de psicoterapias, quando necessário”, tendo acrescentado que era desta forma que as jovens “tinham acompanhamento clínico, na perspetiva da prevenção e do tratamento de doenças físicas e psíquicas”.

Expressou que “zelamos pela saúde mental e física de cada jovem, estando atentos às suas necessidades, de forma a garantir que todas tenham a

oportunidade de se desenvolverem de forma plena”. Ainda nesse âmbito referiu também que a adolescência era “a fase por excelência da imagem e da autoestima”, não podendo, enquanto profissionais “não dar importância aos ajustes necessários ao crescimento”. Além disso, a Dra. Rita referiu que para o sucesso da intervenção neste âmbito da saúde eram imprescindíveis as parcerias e os protocolos com os serviços e entidades na área da saúde geral e mental, com o propósito de “garantir respostas mais eficazes, continuadas e que tenham em consideração as necessidades de cada uma das jovens”, tendo reforçado que “as parcerias são o nosso maior suporte para promover o bem estar de cada uma delas”.

No que às equipas de profissionais diz respeito, a Dra. Rita referiu que a equipa técnica era “bastante profissional e reconhece a importância de um bom ambiente”. Também mencionou que enquanto profissionais da equipa técnica eram agentes ativos e determinantes em todo o caminho percorrido pelas jovens na CAR. Para além disso, expôs que a equipa tinha uma característica crucial para levar a cabo a sua missão, aludindo que “é uma equipa que acredita muito no que faz e acredita muito nas jovens e nos diferentes profissionais”. Expôs também que a equipa técnica procurava estar presente no quotidiano das jovens e “procuramos ter proximidade com elas”. A equipa educativa era, de acordo com a Dra. Rita, “uma equipa bastante grande com elementos bastante diferentes uns dos outros, tanto a nível físico como em termos de personalidade”. Caracterizou-a como “são os rostos de cuidado primário das nossas jovens. Elas são só meninas, mas eles de ambos os géneros”. Focando-se mais nos educadores do género masculino, a profissional mencionou que “a identificação e os modelos masculinos têm-se mostrado essenciais na transformação de algumas experienciais passadas, na ressignificação dos afetos com o sexo oposto. A figura masculina representa, na nossa casa, um papel essencial de confiança, respeito, carinho e proteção”. Para além disso, relativamente a essa equipa no geral, referiu que “os nossos adultos... a mais nova tem 24 e o mais velho 57 e isto é de propósito. Ao longo do ciclo de vida os interesses e as experiências moldam-nos e transformam-nos”, tendo ainda acrescentado “aqui cada um deles oferece uma experiência, um conselho e uma forma de olhar a vida diferente que contribui para a construção de quem das jovens. No papel de irmãos mais velhos, de pais, de avós, de tios, trazendo à

nossa casa uma diversidade de relações que, apesar de profissionais, transparecem as dinâmicas familiares”. Ainda sobre esta equipa de trabalho, expôs que “é equipa que está mais tempo no terreno e que por isso tem dificuldades e desafios muito diferentes dos nossos”, contudo, reconheceu-a como uma equipa “muito esforçada e empenhada, onde cada um vai tentando dar o seu contributo”. Para além disso, partilhou que “não é fácil se gerir uma equipa tão numerosa... não é fácil para eles estarem numa equipa assim... o que acontece é que por vezes a individualidade se sobrepõe...o que não devia acontecer”, acrescentando que “as pessoas deveriam ser capazes de estarem focadas e unidas por um objetivo comum, conseguirem-se entender dentro da equipa, importando-se com os resultados que atingem e importando-se uns com os outros, quando por exemplo tomam determinadas iniciativas ou fazem determinadas opções... porque no fundo estamos aqui todos para o mesmo e cada um de nós é uma mais valia individualmente e coletivamente”. Comparativamente com a equipa técnica, segundo esta profissional, a equipa educativa era a equipa que precisava de mais “momentos que os coloque a refletir e onde eles se sintam compreendidos”. Relativamente à equipa de apoio, em conformidade com as conversas intencionais estabelecidas com as outras profissionais, também a Dra. Rita a considerava como sendo a equipa que aparentemente estava numa posição “mais confortável, com tarefas mais instrumentais”. No entanto, “esses profissionais também revelam muito cuidado na maneira como são e estão à frente das jovens, não se esquecendo que também eles são modelos para elas”. Partilhou ainda que “a maioria das jovens se refugiam numa relação próxima com alguns desses profissionais, contando com eles para o seu dia a dia aqui na casa”. Para além disso, referiu que sentia que a aproximação das jovens às cozinheiras era muito mais evidente, uma vez que essa equipa auxiliar se dedicava “de coração à confeção da comida e o cozinhar para elas é visto como uma demonstração de amor”, tendo dado o exemplo de que o bolo de cenoura e canela era uma das especialidades que as jovens adoravam e que as cozinheiras não deixavam que isso faltasse em todos os momentos especiais. A Dra. Rita expôs também que “não deve ser por acaso que habitualmente esta equipa é chamada de avó”.

Ainda sobre as equipas, a Dra. Rita referiu que a equipa técnica tinha sempre o poder para decidir acerca de determinados assuntos, mas que “essa hierarquia

não se sente muito no dia a dia, pois procuramos que haja união entre as equipes e a verdade é que isso nos ajuda muito no trabalho que aqui desenvolvemos”. Na opinião desta profissional todos os profissionais na tarefa do cuidar precisavam muito de acompanhamento, de muito diálogo e muito apoio para encarar os dias que vivenciavam, sendo que nas palavras dela “é muito bom quando as equipes se conseguem ajudar mutuamente, pois é verdade que eu posso contar com os meus pais ou com os meus amigos como uma fonte de suporte, mas se sentirmos que somos amparados no contexto de trabalho pelas pessoas que partilham o mesmo lugar e as mesmas experiências conosco pode tornar-se mais fácil”. Para além disso, a Dra. Rita referiu que estando todos os profissionais preocupados com a dimensão terapêutica e reparadora da relação com as jovens e com as questões desenvolvimentais das mesmas, todos eles participavam nas diferentes formações que eram proporcionadas no contexto institucional que contavam com a participação de pessoas do exterior. Para além disso, referiu que todos os meses havia uma reunião com todos os adultos da casa e com a direção com o intuito de “gerir conflitos, melhorar procedimentos, informar novas dinâmicas ou alteração das antigas, fazer anúncios”, acrescentando que “são reuniões de tratar do coração de quem cuida. Só um coração cuidado pode cuidar”. Além disso, referiu que “valorizamos a autossuficiência. Não conhecemos o futuro e, por isso, dedicamo-nos ao desenvolvimento de competências que permitam que cada jovem consiga sucessos mesmo que o mundo lhes falhe. Trabalhamos no sentido das competências sociais, autocontrolo, assertividade, mas também tentamos trabalhar técnicas de cozinha, gestão financeira e consciência ecológica. Contudo, sabemos que haverá sempre algo por fazer”. Também partilhou que a quantidade de reuniões que tinham todas as semanas tornavam os dias caóticos, mas referiu que a importância das mesmas as tornava imprescindíveis. Debruçando-se sobre a supervisão esclareceu que essa era realizada por um elemento de fora, com experiência nas temáticas do acolhimento que “nos traz um olhar limpo...2 a 3h produtivas. A supervisão é também uma das estratégias de prevenção do burnout”.

A profissional reforçando que a instituição funcionava todos os dias do ano, 24h por dia, referiu que “por vezes é fácil cair na rotina e não abraçar desafios novos, o que não pode ser, pois todas as jovens que nos passam pelas mãos são

todas diferentes e nenhum profissional é igual a outro, por isso, devíamos, enquanto equipas não estagnar, procurando sempre desafiar-nos a evoluir na forma como somos e estamos”. Para além disso, mencionou que “da equipa técnica, talvez seja eu a que mais procura inovar, trazer coisas novas, mas muitas das vezes, as pessoas, por diversos motivos, não estão disponíveis para abraçar isso...não condeno essa atitude, mas acredito muito que se houvesse espaço para coisas novas o acolhimento residencial no geral seria vivido de uma forma mais leve e bonita...mas apesar de tudo, até sinto que esta equipa tem estado cada vez mais aberta a cenários novos”, tendo acrescentado “um dos motivos que me faz adorar ter-vos cá é pelo facto de trazerem visões novas para a realidade e tendem a ajudar-nos muito a olhar para o trabalho que desenvolvemos, auxiliando-nos a nós e às jovens no sentido de melhorarmos as nossas intervenções”, reforçando assim a ideia de que sentia benéfico e uma mais valia contarem com os voluntários e com os estagiários.

Quanto à instituição em si, a Dra. Rita aludiu que “no nosso caso o exterior também importa...a nossa casa tem uma arquitetura moderna e pintámo-la todos os anos”, tendo acrescentado que tal tinha um “impacto brutal em quem chega. Arrisco a dizer que para as jovens é fator reconfortante. Para os adultos uma agradável surpresa. Afinal todos gostamos de um cantinho bonito para viver”, tendo terminado esta ideia com a expressão “cuidar do exterior também é uma máxima aqui”.

No que concerne à postura dos diferentes profissionais, a Dra. Rita referiu que como em quase todas as profissões, principalmente, aquelas que “lidam com o outro, o carácter multifacetado que se impõe no quotidiano, que segue de mãos dadas com a exigência e responsabilidade inerentes no desempenho das funções exige de nós profissionais uma entrega e disponibilidade absolutas”, para de acordo com esta profissional “se conseguir dar um rumo e traçar caminhos que sejam sustentados por boas práticas, de constantes aprendizagem”. Para além disso, aludiu que “todos nós constituímos uma referência para todos os que nos rodeiam...falo das jovens, dos profissionais, das famílias, das pessoas que trabalham nas diferentes entidades”, o que, na voz da Dra. Rita “nos situa perante comprometimento e dedicação, mas também nos honra com sentimentos de gratificação e reconhecimento, que na minha opinião são bens maiores que me fazem querer continuar a querer a desenvolver o meu trabalho

e me fazem não desistir das jovens”. Na perspectiva da Dra. Rita lidar com as jovens obrigava os profissionais a colocarem muitos assuntos na “mesa para discussão e reflexão”, acrescentando que “é mesmo pertinente colocarmos-nos no lugar delas. Perceber que valores estão em causa nas diferentes situações...no fundo, é preciso primeiro entender para depois ajudá-las... é preciso dialogar muito com elas tanto com razão como com afeto”. Embora, a profissional tenha alertado para a ideia de que “não podemos confundir afeto com falta de regras. Nós podemos e devemos ser afetuosos e exigentes tanto com elas como com os nossos colegas de trabalho, no sentido de sermos mais e melhor. Quanto às regras, essas são mesmo estruturantes para elas e para todos nós e por isso, nós teremos sempre a função de aliar a afetividade ao trabalho completo que tentámos desenvolver para o seu bem-estar integral”. Para além disso, a profissional referiu que “no equilíbrio de regra e afeto ressignificamos as quebras do passado”, tendo também exposto que “ouvimos algumas vezes a frase “as regras são boas” por transmitirem carinho, preocupação, porque mostra que alguém se importa com elas. Na nossa casa fechamos as portas à chave e corremos atrás se tentarem fugir. As fugas muitas das vezes representam não poder ir à escola, estar em casas abandonadas ou sempre com medo de serem apanhadas”, tendo acrescentando “entendemos porque fogem, estar longe da família não é fácil, mas o período de fuga é um período que deixa marca. Na nossa casa fechamos as portas porque queremos segurança, conforto e estabilidade”, reforçando que “o caminho se constrói até ao dia em que mesmo de porta aberta ninguém sai a correr”.

Para a Dra. Rita, os adultos na instituição eram “figuras de referência, muito importantes para criar estrutura, segurança, oferecer-lhes orientação, afeto e apoio”, sendo muitas vezes “elas próprias a procurarem esse suporte junto de nós”. Na voz desta profissional “passam a tratar-nos por pais e mães, madrinhas e avós. Não porque eles não existam na sua família, mas porque encontram aqui a oportunidade de recomeçar. Recomeça a construção de laços, a necessidade de proximidade. Enquanto seres humanos somos incrivelmente adaptativos e depois desta base estar construída... podemos reproduzi-la com outras pessoas sem medo de as perder”.

A Dra. Rita referiu que as histórias de vida das jovens eram “intensas... com mudanças, com crescimento, com superação individual. São histórias que

exigiram muito de cada uma, que trouxeram a descoberto o melhor e o pior e que fizeram reconstruir quem são. Desde ter de ser autossuficiente a guardar segredos sufocantes...fica tudo marcado na pele”. Partilhou que reconhecia a extrema importância de se dialogar com as jovens, uma vez que “conversar com elas pode alterar tudo aquilo que acreditávamos saber delas”.

Dialogando sobre as crises que por vezes as jovens apresentavam, a profissional mencionou que “não podemos ter pressa. Sabemos que as crises (por crise entenda-se gritos, auto e heteroagressão, choro, ataques verbais...) acontecem, sabemos que é nelas que crescemos. Se um dia foi difícil, temos a certeza que é um dia de avanços. Vamos devagar porque o ritmo tem de ser escolhido por cada uma das jovens..., mas existe desequilíbrio de tempos. Os adultos muitas vezes com pressa de ver mudança, as jovens com receio da mudança e do que não conhecem”. A profissional falou sobre o Plano Individual de Aquisições (PIA) explicando que “na 3ª fase do modelo por fases cada uma das jovens é avaliada em 7 áreas associadas ao envolvimento em comportamento desviantes: depressão, autoestima, autoconceito, QI, empatia, autocontrolo e competências para a vida. Quando uma área não está tão desenvolvida nasce um plano de intervenção que não é mais do que um conjunto de atividades individuais”, reforçando que “é a altura em que mesmo em grupo o caminho começa a ser individual e único”. Para além disso, referiu que os PIA’s promoviam o desenvolvimento individual e que eram específicos, explicando que o conjunto de atividades que eram selecionadas pretendiam desenvolver áreas como a autoestima, autoconceito, suprimir depressão, desenvolver o autocontrolo, dando o exemplo de que as atividades poderiam ser e referiu que “ler um livro por mês, fazer psicoterapia e voluntariado são as atividades mais frequentes. Mas são tão diversificadas como envolverem-se em grupos de jovens, fazer parte de escuteiros, realizar uma escala progressiva de desafios, organizar atividades para o restante grupo, jogar jogos de tabuleiro, fazer puzzles, yoga e/ou meditação, desporto, aprender uma nova língua...”, acabando por referir que “onde a imaginação e intencionalidade são o limite”.

Referindo-se sobre as “assembleias da casa”, a Dra. Rita referiu que “são as reuniões mais intensas de todas. Ali, naquela hora, há raiva, há alegria, há choro, há gritos, há pulos de felicidade...no fundo é um grande cocktail emocional”, tendo acrescentado que esses momentos eram também uma oportunidade para

“ensinar o direito à opinião e de aprender como fazê-lo. É a altura de perceber que podemos mudar o mundo, sugerir coisas novas e melhorar o sítio onde vivemos. É a altura de saber os pontos fortes e os pontos a melhorar. É a altura de saber a nota da semana (a tal de 0 a 5 do modelo de fases). É também a altura de resolver aqueles problemas de troca de roupas entre elas”. Para além disso, referiu que “essas assembleias são semanais e dos momentos mais esperados por elas”.

Caracterizou as jovens como sendo “duronas afetivas”, partilhando que “como todos os outros, elas também têm o coração em todo o lado. Entram “duronas”, mas saem duronas afetivas...na verdade ainda não conheci nenhuma que não se rendesse ao mimo”. Para além disso, referiu que “aqui, na casa, também se lida com os piercings, as tatuagens, a maquilhagem para arrasar, as saídas à noite e as unhas de gel”, tendo acrescentado “nada é proibido... desde que com a devida reflexão se se enquadre em quem somos. Não há fardas nem máscaras. Há intencionalidade e cada momento serve para crescer”. Acerca das relações entre as jovens a Dra. Rita referiu que “experimenta juntar 18 líderes por vocação ou por sobrevivências, mas 18 líderes. E depois vê os conflitos a acontecer. Chegam com um espírito de “tudo à grande” de “eu é que sei” ..., mas encontram mais 17 “iguais””, sendo que neste sentido, na visão desta profissional era muito importante trabalhar as questões das relações, referindo que “trabalhamos para que saibam trabalhar em equipa, que saibam defender ideias e que saibam cuidar de si e dos outros”. Esta profissional reforçou que “trabalhamos para um interior mais compreensivo, sem violência e empático”.

Quando questionada acerca sobre os problemas existentes na instituição, a Dra. Rita referiu “temos o problema do pouco cuidado pessoal manifestado pela maior parte delas”, “o baixo nível de desenvolvimento moral”, “as relações menos adequadas entre elas” e o “facto de os profissionais deixarem passar em branco muitas das vezes as boas atitudes das jovens”. A este respeito, a Dra. Rita acrescentou que “o que era tão simples de se fazer... se considerámos “simples” ralhar e chamar a atenção para o que é feito menos bem, também deveríamos conseguir valorizar o que é feito de maneira correta”. A Dra. Rita referiu que era importante que todos os profissionais e todas as jovens percebessem o “poder que o coletivo pode ter até nos momentos mais simples”, referindo que “vamos compreendendo que lutar é um verbo e que no plural se pode conjugar bem

melhor”. Para além disso partilhou connosco que “é uma honra fazer parte de quem usa o seu trabalho a favor de um lugar melhor e que difícil que, às vezes, isso é, que nunca falem bons corações”.

A Dra. Inês, devido à gravidez, deixou de estar de forma tão regular no contexto, tendo sido substituída, de forma gradual, pela Dra. Laura. Porém, a primeira participou no conhecimento, análise da realidade e no início do desenvolvimento do Projeto.

Mestre em Psicologia do Comportamento Desviante e da Justiça, a **Ed. Cláudia** referiu, em conversa intencional que após ter desenvolvido o estágio curricular do mestrado na CAR, foi-lhe questionado se estaria interessada em integrar a equipa educativa, estando a trabalhar há relativamente pouco tempo na instituição enquanto educadora. No que concerne ao funcionamento da instituição, a Ed. Cláudia considerou que “os dias são muito intensos”, tendo partilhado que a sua maior dificuldade se prendia com o tomar decisões, isto porque, na sua perspetiva, “como já estive aqui como estagiária e algumas das jovens já me conhecem, ainda é difícil para mim quando tenho de tomar posturas mais assertivas... que as jovens, muitas vezes, não percebem, principalmente quando já foste vista por elas como “uma das mais porreiras””. Para além disso, também mencionou que em termos pessoais reconhecia que devido à complexidade da realidade social, “tudo o que se faz exige plasticidade” e expôs que ao longo do tempo tentava procurar “disponibilidade para acolher cada jovem, escutando-a e aceitando-a”. Relativamente às jovens, em resultado das interações que a Ed. Cláudia estabelecia com elas referiu que “o relatório emocional pelas jovens evidenciado é bastante curto, na medida em que a expressão de sentimentos é limitada”, tendo acrescentado que constantemente apresentavam sentimentos como “a felicidade, a tristeza ou a raiva”.

Sobre a equipa técnica, a Ed. Cláudia mencionou que “eu acho que é uma equipa fundamental por fundamentar e por revestir a intencionalidade de toda a ação que é depois desenvolvida pela equipa educativa no contacto com as jovens”. Ademais, referiu que “no contexto de acolhimento não existe uma única resposta ou caminho mais correto e por isso, acho importante fazermos de uma forma sistemática o exercício de nos questionarmos e de percebermos de que

forma é que outras respostas poderiam ter os efeitos pretendidos de uma forma mais efetiva. Acho que a equipa técnica é essencial neste processo de reflexão, de decisão e de orientação para a equipa educativa que acaba por ser a equipa que implementa e pratica por excelência aquilo que resulta e surge da reflexão da equipa técnica, também em conjunto com a equipa educativa. Acho que todo este exercício de avanço e recuo, de reajustamento e de aperfeiçoamento daquilo que é a nossa interação com as jovens é absolutamente essencial e acho que é um trabalho que sendo desenvolvido por excelência pela equipa técnica, pela formação que é necessária e essencial ao exercício nessas funções, acho que é uma mais valia e é um aspeto essencial daquilo que é o sucesso na intervenção com cada jovem”. Para além disso, esta educadora, debruçando-se sobre a sua opinião acerca da relação entre as jovens e a equipa técnica referiu que “pessoalmente sinto que elas se relacionam de forma algo instrumental, na medida em que sabem que são as pessoas responsáveis por tomar decisões sobre as vidas delas e que estas decisões vão influenciar e muito aquilo que poderá ser a sua saída da casa, o seu projeto de vida e a integração numa outra resposta. Na medida em que elas perspetivam que a equipa técnica é a equipa que tem um grande poder decisor sobre as grandes alterações das suas vidas, acho que acabam por alguma forma instrumentalizar a relação, sempre tendo em vista aquilo que são os interesses e desejos próprios. Creio que a equipa técnica é bastante consciente destas circunstâncias e consegue reverter muito bem estas intencionalidades, nem sempre explícitas na relação que estabelecem com a equipa. Portanto, acho que a equipa descreve também ela, toda uma equipa, que mesmo não estando em permanência 24h com as jovens dentro da casa, não acompanhando todas as rotinas, conflitos e todas as conquistas, creio que é uma equipa muito fundamental naquilo que é a construção da identidade delas por também ela ser muito consistente, muito intencional naquilo que faz e conseguir desconstruir muito bem padrões de interação desajustados que as jovens por vezes ainda tentam criar em benefício próprio”.

Relativamente à equipa educativa, transmitiu que “somos um grupo muito heterogéneo, com diferentes áreas de formação, com diferentes idades e géneros e acho que isso por um lado é um grande benefício para as jovens, pelo que se refere à intervenção com as jovens. Acho que em conjunto constituímos uma grande diversidade de modelos a seguir e acho que isso nos traz muita

consistência naquilo que é a intervenção com elas, porque de uma forma muito clara elas entendem que não é pelo género, pela idade, pelas crenças religiosas ou pelos gostos musicais que decidimos o que é ético ou não, correto ou incorreto em termos de padrões para desempenhar e assumir perante a sociedade e perante a vida. Portanto, acho que nesse sentido nós somos uma resposta muito coesa e muito poderosa naquilo que descreve educação em relação a elas”. No entanto, a Ed. Cláudia considerou também que “pela nossa grande variabilidade nem sempre conseguimos praticar o equilíbrio que todos nós ambicionamos, porque a intervenção não é sempre linear, porque se falam de relações humanas e porque no contacto com elas não há uma única resposta correta e aquilo que é o mais correto, por vezes, varia dependendo da perspetiva de quem o pensa. Pois, pessoas diferentes, de alguma forma poderão tomar decisões diferentes perante as mesmas circunstâncias, não só pela bagagem que trazem, mas também por aquilo que são. Apesar disso, considero que na imprevisibilidade daquilo que são as relações humanas, o nosso grande trunfo é não perdermos a consistência e a intencionalidade em cada decisão e ação que tomamos. É preciso fazer sempre esta desconstrução de questionar e de compreender o motivo pelo qual decidimos optar por aquela alternativa e não por outra, igualmente válida”. Para além disso, referiu que “o facto de sermos muitos e diferentes por vezes atrapalha...temos maneiras distintas de refletir e agir, pelo que os momentos em que nos reunimos são bastante importantes”.

A Ed. Cláudia descreveu a relação entre os profissionais da equipa educativa e as jovens como sendo uma relação “singular, dependendo da jovem e do educador em questão. Nós temos um modelo terapêutico de intervenção em que temos reuniões de educadores e reuniões técnico-pedagógicas em que debatemos, questionamos e definimos qual é a nossa intencionalidade, qual é a nossa finalidade e que estratégias podemos utilizar para alcançar estas nossas pretensões. Mas como disse anteriormente, nós somos pessoas e apesar de termos um modelo e uma trajetória definidos e percebermos exatamente para onde nos devemos dirigir e de que forma, existem sempre situações muito concretas em que nós acabamos por ter de fazer um exercício de reflexão pessoal para decidir em função daquilo que consideramos ser consistente e adequado à luz daquilo que é aquela necessidade ou aquele comportamento da jovem. Portanto, acho que as relações entre jovens e educadores acabam por ser um

bocadinho pautadas também por este testar entre nós e elas daquilo que querem ter e não devem. Elas acabam por medir esta força de forma permanente e de questionar e acho que é importante nós termos muito claro aqueles que são os nossos objetivos e estarmos muito conscientes daquilo que fundamenta a nossa ação com elas, porque facilmente conseguimos num momento de distração tomar uma decisão desprovida de intencionalidade e acabamos por perder o trabalho que foi anteriormente feito, não só por nós, mas pelos colegas e acontece não só porque as pessoas querem fazê-lo de uma forma premeditada, mas porque este exercício constante é difícil de se fazer em permanência, todos os dias, 8 horas por dia”. Contudo, a Ed. Cláudia acrescentou que, apesar disso, “a relação com os educadores é uma relação de modelagem, essencialmente, e acredito que são os educadores as pessoas responsáveis por oferecer alternativas de comportamento e de interação a estas meninas. Acho que elas se identificam com a equipa educativa, acho que reconhecem autoridade pelo respeito e não pelo medo, o que é fundamental. Acho que nesta consistência elas conseguem crescer e absorver a nossa ideia fundamental que é a de que todas as pessoas, embora diferentes, têm direito a ser respeitadas e a ver garantidos os seus direitos humanos, quer em relação a si próprios (não permitir que os outros assumam este papel desorganizador e desajustado na vida delas), mas também elas próprias sentirem a necessidade de não assumirem em relação aos outros e de não perpetuarem comportamentos que de alguma forma poderão colocar em causa aquilo que é a essência da outra pessoa que está em interação com elas”.

Sobre a equipa de apoio, a Ed. Cláudia exprimiu que “devido ao facto de as jovens terem crescido em padrões desajustados de interação, todos os adultos com os quais elas se cruzam na casa são modelos de referência e um exemplo daquilo que deve ser a forma de estar com os outros e em relação aos outros. Por isso, acho que a equipa de apoio é fundamental naquilo que é a disponibilização de modelos a seguir. Apesar de não estarem dentro da casa, de não estarem dentro da parte educativa propriamente dita e de não as acompanharem 24h por dia, de muitas vezes não fazerem o exercício de reflexão e de retrospeção que a equipa técnica faz e de não terem este poder decisório sobre as vidas das jovens, acho que a equipa de apoio é uma equipa imprescindível naquilo que é realmente a disponibilização de modelos coesos e consistentes, na medida em que elas compreendem que independentemente de ser o senhor que faz o

transporte da carrinha, de ser a senhora que cozinha para elas ou a senhora que lava e trata da roupa delas, todas as pessoas são igualmente consistentes e todas elas lhes dão previsibilidade, respeito e lhes garantem a satisfação de tudo o que são os direitos fundamentais de uma pessoa. Todos eles impõem limites de interação e definem de uma forma muito clara a partir de que linear é que o espaço pessoal não é transponível e respeitam-nas nessa interação de igual forma. Portanto, este exercício é sistemático e é mútuo. Acho que são um modelo por excelência por elas compreenderem que, não sendo as pessoas responsáveis por as educar, ainda assim têm nestes profissionais o exemplo que as educa informalmente e que as faz compreender que nas diferentes áreas da vida e nos diferentes papéis que podemos desempenhar, a relação com o outro deve ser sempre uma relação de equilíbrio, de harmonia, de respeito e de bem estar e satisfação daquilo que é o nosso espaço pessoal”.

Em relação à existência de estagiários na instituição, a Ed. Cláudia referiu que “eu acho que é uma medida altamente pertinente, uma vez que são pessoas que vêm com conhecimentos teóricos e muito coesos que às vezes, não acho que se vão perdendo nas equipas de trabalho, mas nem sempre existe a disponibilidade temporal para nos debruçarmos sobre as novas investigações e para de alguma forma reorganizar a nossa intervenção de forma contínua e sistemática em função daquilo que vai sendo estudado e investigado à luz do presente”. Para além disso, acrescentou que “acho que os estágios curriculares acrescentam muito nesse sentido e são de alguma forma um respirar ar fresco e perceber quais serão as direções que devemos tomar e acho que isso é ganho em reflexão e em debate contínuo entre as equipas que trazem experiência do contexto de acolhimento, das interações com as jovens e do conhecimento das estratégias que poderão ser mais e menos efetivas e por outro lado, acho que esse debate em complementaridade com os estagiários que de uma forma mais recente estudaram e perceberam quais as direções que poderemos tomar acho que isso é sempre muito gratificante e muito efetivo na organização das intervenções a definir com as jovens. Também acho que neste contexto é absolutamente essencial desenvolver competências pessoais e sociais, seja ao nível da gestão de conflitos, da empatia, da comunicação assertiva, desenvolver também aqui os conhecimentos e os padrões de interação sexual e amorosa, as questões de intimidade nem sempre presentes e bem desenvolvidas, a questão

da moralidade, da educação para os afetos e acho que os estagiários vêm, de facto, acrescentar muito neste domínio e vêm dar o exemplo, reforçar esta consistência que é desenvolvida ao longo do ano e vêm fazê-lo com um contributo que é, não raras vezes, fundamental para a construção da identidade de cada jovem”.

Sobre as jovens descreveu-as como sendo “uns amores e muito engraçadas”. Para além disso, a Ed. Cláudia referiu que “no geral, acho que são jovens que cresceram sem consistência e sem padrões educativos assertivos. Acho que lhes falta esse equilíbrio naquilo que são as interações entre modelo de referência e criança e, portanto, é perfeitamente essencial que nós estejamos, permanentemente, a procurar intencionalidade em todas as interações que estabelecemos com elas”. Sobre as relações entre as jovens, a Ed. Cláudia expôs que “creio que talvez por sobrevivência, às vezes acabam por desenvolver relações de poder, de poder em relação ao adulto, porque de alguma forma conseguem com isso, gerir e dominar ou influenciar mais o grupo. Embora reconheça que existam relações de poder informais entre elas e que de alguma forma elas tentam sempre sobrepor-se e distanciar-se em relação ao grupo, no sentido de ganharem um papel superior a nível simbólico, eu acredito também que elas, por outro lado, são muito solidárias e companheiras naquilo que de menos positivo pode ocorrer durante a permanência delas na casa. Apesar de muitas vezes estarem desiludidas com o comportamento de uma jovem que afeta claramente o seu bem-estar, em assembleia e em grande grupo, e não creio que seja por conformismo ou por pressão social, elas que quase individualmente conseguem dar outra oportunidade e colocarem-se no lugar do outro, com alguma frequência e talvez pelas experiências de vida que manifestam. Acho que as relações entre elas são algo imprevisível, na medida em que muitas vezes são conflituosas pela permanência constante na vida umas das outras e pela partilha intensa e diária daquilo que são os aspetos mais positivos e negativos das suas vidas. E por outro lado, acho que também são muito companheiras e que conseguem compreender o lugar da outra e colocar-se lá com alguma facilidade, que não seria de prever quando se fala de empatia nestas populações que muitas vezes não foram nunca compreendidas dessa forma por um adulto ou por uma figura de referência”.

Expressou ainda que “sinto que elas necessitam muito de intervenções que incidam na esfera das competências pessoais e sociais”. Para além disso, a Ed. Cláudia referiu que “as instituições quando abrem as suas portas não acolhem unicamente crianças e jovens, mas também as problemáticas referentes às suas trajetórias”, tendo acrescentado que por esse motivo, “a intervenção aqui constitui-se como um desafio constante, ambicionando a preparação das jovens para o futuro. Pretende-se que a saída da instituição, independentemente de contemplar a reintegração familiar ou a autonomização, implique a continuidade do trabalho desenvolvido. Apesar disso, a transição constitui um marco significativo para as jovens, suscitando sentimentos de insegurança, ansiedade e, por vezes, regressões comportamentais”.

A Ed. Cláudia partilhou que não concordava com o facto de terem de avaliar quantitativamente vários aspetos como por exemplo a arrumação dos quartos das jovens ou a sua postura nas aulas, pois “como não é qualitativamente o bom das miúdas nunca chega lá dentro”, referindo-se às informações que eram direcionadas à equipa técnica e aos educadores que não estavam presentes no turno. Acrescentou que as avaliações tendo carácter quantitativo, fazia com que muitas informações se perdessem, tendo partilhado que “por vezes quero pontuar aspetos positivos de alguma das jovens, mas tenho que me restringir à avaliação quantitativa”, reforçando a ideia de que os profissionais também deveriam ter a capacidade e a legitimidade para reforçar os aspetos positivos das jovens, bem como os seus comportamentos.

Trazendo a sua perceção sobre as reuniões de supervisão e reuniões de equipa, a Ed. Cláudia aludiu que “acho que inegavelmente têm um aspeto fundamental em comum que é o facto de conseguirmos aperfeiçoar os ritmos, caminharmos e orientarmo-nos todos para o mesmo sentido. As reuniões de supervisão eu considero um momento de reflexão excecional, único e de grande valor teórico que se converte, posteriormente, em grandes aquisições na intervenção prática. Creio que com uma maior clarividência, o nosso supervisor consegue desconstruir e de uma forma muito transparente abordar temas nem sempre fáceis connosco. Portanto, nesta complexidade que é o acolhimento considero que nestas reuniões conseguimos encontrar um padrão de atuação e de compreensão sobre os fenómenos a que estamos expostos de forma única. Logo, considero estas reuniões algo fundamental naquilo que é o essencial para

o bom desempenho das práticas de intervenção no acolhimento residencial. Em relação às reuniões de equipa acho que são uma forma de nos alinharmos e de compreendermos todos quais são as nossas finalidades para que em conjunto possamos ser coerentes e trabalhar todos relativamente ao mesmo fim. Isto permite que os desafios que são impostos pelas jovens e os jogos de poder que fazem em relação aos diferentes profissionais, estas reuniões fazem com que permitam reverter estas situações de uma forma bastante mais rápida e fácil. De uma forma muito transparente conseguimos compreender exatamente quais são as intenções revistadas por detrás dos comportamentos das jovens e, portanto, conseguimos manter o nosso foco, a nossa finalidade, a nossa consistência e coerência que considero, uma vez mais, que sejam os fatores chave para uma boa educação, um bom crescimento e a formação de jovens que, dessa forma, poderão algum dia viver em autonomia, educar, ser um exemplo e um modelo ao educar”.

Sobre a institucionalização, a Ed. Cláudia expôs que “neste domínio específico dos problemas de comportamento, quando falamos de problemas de comportamento relativos a jovens de idades muito precoces, acho que o acolhimento é uma forma de reverter e de reorganizar padrões de comportamento e de interação social. Penso sobretudo que as interações desajustadas não surgem em efeito de intenções próprios dos jovens e, por isso, tenho a certeza que estes padrões desadaptativos que as jovens apresentam são o resultado de toda a inconsistência, de toda a violência, de todo o mau trato e negligência a que foram expostas. Ou seja, o que quero dizer é que estes padrões de interação desadaptativos são resultado quer da negligência, quer do abuso ou mau trato a estes jovens, e portanto, reverter estes padrões de interação desajustados numa idade precoce e poder oferecer alternativas reorganizadas sempre em torno da consistência, do respeito e dos valores humanos fundamentais, acho que é o grande desafio da institucionalização no geral e especialmente neste caso, em que estes surgem muitas vezes em resposta à desorganização emocional e comportamental que os jovens vivem no seu quotidiano e nas suas vidas e não conseguem, de alguma forma, avançar no meio de toda essa confusão”. Para além disso, a Ed. Cláudia referiu que “penso que a institucionalização é, sobretudo, uma forma de educar, uma forma de promover e facultar competências a jovens que em contextos diferentes não os poderiam

ter. No nosso caso específico, que temos equipas constituídas por diferentes idades, géneros, orientações religiosas, políticas, acho que aquilo que a institucionalização pretende é disponibilizar um leque de variedade humana que em comum tem sempre o respeito pelos direitos humanos e pelo outro que é muitas vezes aquilo que não esteve presente na construção da identidade destas jovens e portanto é aquilo que não é convocado na relação com os outros. Existe também, de uma forma muito clara e inegável um teste àquilo que são as relações e as interações com os outros, creio que existe a sensação e a certeza de que todos os adultos e todos os modelos de referências que estas jovens possam ter lhes vão de alguma forma falhar e, portanto, vive-se em desafio permanente para testar e para se garantir que aquela pessoa não vai de novo voltar a trazer-me as experiências que me magoaram e que sustentam agora a base daquilo que sou. Acho que é com muita dedicação, muita empatia e sempre em questionamento constante daquilo que são as nossas intenções em cada interação estabelecida que nós conseguimos de facto criar consistência, estabilidade e sobretudo, previsibilidade que é a chave e o aspeto fundamental para que estas jovens possam organizar e prever o mundo em redor, sem sentirem a ameaça que colocará em causa aquilo que são. A institucionalização é, acima de tudo, uma forma de educar e educar faz-se com a consistência, com o exemplo, com empatia e apoio constante. Apoio é estar ao lado, não é fazer por elas. É este acompanhamento em permanência que as faz crescer, evoluir, avançar e definirem-se como pessoas e adultas com poder para tomar decisões e com crenças, ideologias e perspetivas pessoais”. Todavia, a Ed. Cláudia também partilhou que o acolhimento residencial se constituía como “uma vivência exigente para as jovens”, o que na opinião dela, podia ser explicado em função da liberdade condicionada e das regras que a instituição impunha. Não obstante, na perspetiva da mesma profissional, o estabelecimento de normas era essencial para que as jovens pudessem compreender a “indissociabilidade entre os comportamentos praticados e as consequências a eles inerentes”. Para além disso, a Ed. Cláudia transmitiu que a imposição de limites favorecia, também, “a aprendizagem de valores imprescindíveis à vivência em sociedade”, referindo que constatava que apesar da existência de um modelo estruturado e contentor ser indispensável nas fases iniciais, a sua continuidade interventiva poderia constituir-se, de acordo com esta profissional “incapacitante”.

Debruçando-se sobre os problemas da CAR, a Ed. Cláudia referiu que “sendo a CAR uma instituição composta por pessoas, eu acho que a nossa variabilidade enquanto padrão de resposta é um grande benefício para as jovens, mas também uma das nossas grandes fragilidades. Por sermos muito diferentes e elas poderem ter modelos de referência diversos em termos de idade, de género, de gostos e disso lhes permitir evoluir claramente, isso faz também com que nós tenhamos, por vezes, padrões de resposta diferentes e nos falte alguma consistência naquilo que é a nossa intervenção com elas. Não porque não queremos todos seguir a mesma linha de pensamento, mas porque em termos humanos nos é impossível pensar igual a toda a hora e, portanto, acho que as jovens acabam por conseguir moldar-se um bocado à pessoa que têm perante si porque sabem que as respostas poderão variar entre nós”. A Ed. Cláudia também apresentou como problemas “a escassez de recursos humanos na equipa educativa, o desgaste emocional que é incitado pela própria rotina da instituição, a pouca capacidade dos profissionais para verem os bons atos das jovens e ainda o facto de por vezes se preocuparem mais em cumprir as regras, em detrimento do que é melhor para as jovens em determinado momento específico”. Relativamente às jovens referiu “a falta do cuidado pessoal, a dificuldade de autorregulação, o baixo nível de desenvolvimento moral e a pouca autonomia das jovens”. Acrescentou ainda “os comportamentos desadequados das jovens e as relações menos positivas entre elas”.

Por fim, a Ed. Cláudia referiu que “estar aqui pode ser desafiante a todos os níveis, mas levamos, inevitavelmente, uma bagagem enorme para a nossa vida”. acrescentou também que na opinião dela, nesta realidade, se aprendia muito através da observação e quando questionada acerca do que significava para ela ser educadora neste contexto escolheu a palavra “referência”, tendo justificado que para ela ser cuidadora nesta instituição representava o “somos as pessoas responsáveis por lhes dar ferramentas. Somos as pessoas que lhes podemos responder de forma diferente...diferente daquilo que elas estavam habituadas. Por exemplo, quando me faltam ao respeito, eu não respondo com a mesma moeda. É verdade que é difícil sermos modelos todos os dias a toda a hora, mas é preciso termos consciência da importância que temos na (re)construção de cada uma delas. Além disso, nunca podemos ter medo de pedir desculpa às

jovens, porque com essa atitude estamos, por exemplo, a ensinar que podemos errar”.

Em conversa intencional com a **Ed. Costa**, esta referiu que era licenciada em Educação Básica e mestre em Educação Pré-Escolar e 1º ciclo do Ensino Básico e que trabalhava na instituição há cerca de 3 anos. Ao nível organizacional, a Ed. Costa considerou que “pode dizer-se que no geral está bem organizada. A nível de estruturas e aparência transmite ser um lugar bastante acolhedor tanto para as jovens como para os adultos”. Acrescentou ainda que “todos os profissionais que aqui trabalham tentam que o ambiente que aqui se vive seja próximo de um contexto familiar, mas todos nós sabemos que não é fácil e na verdade nunca o será realmente”. No que concerne às relações existentes na instituição esta profissional salientou que “entre os elementos da equipa técnica, aparentemente, existe uma boa relação. Entre a equipa técnica e a educativa também considero que há uma relação positiva”, tendo acrescentado que, no entanto, “sempre considere que se deveria investir mais na comunicação... não é que não haja esse esforço por parte dos diferentes elementos, mas a verdade é que nos apercebemos que os pequenos conflitos que existem entre os adultos muitas vezes devem-se à falta ou à pouca comunicação”. A profissional também transmitiu que relativamente às relações estabelecidas entre a equipa técnica, educativa com os elementos da equipa de apoio, essas eram “de total respeito e valorização... e embora não haja tanta proximidade a essas pessoas, todos sabemos o quão importantes são para o desenvolvimento do trabalho que é realizado aqui todos os dias”.

Relativamente às jovens, caracterizou-as como sendo “umas queridas”. Sobre as relações entre elas considerou que “tende a existir uma boa relação com as diferentes equipas..., mas por vezes, existem faltas de respeito para com os profissionais”, tendo acrescentado que “entre elas, também, por vezes, existem muitos conflitos e faltas de respeito muito graves”. No que concerne às relações entre as jovens, esta profissional referiu que “por vezes, em momentos que são mais delicados para as colegas, elas tendem a ser um pouco más e insensíveis”. Paralelamente, a Ed. Costa também evidenciou que as jovens demonstravam “forte individualismo e fraco espírito de grupo”, tendo partilhado que “nunca será demais trabalhar no sentido de entreaajuda e da cooperação”. A profissional

ainda referiu que as jovens que se encontravam na última fase costumavam ter um grau de influência nas jovens que haviam acolhidas há menos tempo, mas, de acordo com a mesma, era “mau quando as primeiras não têm essa consciência ou simplesmente não conseguem demonstrar o seu melhor...sim, porque elas têm momentos que também bloqueiam, tendo retrocessos até muito significativos nas suas trajetórias aqui”.

A profissional ainda referiu que reconhecia a ambivalência existente nos fatores positivos e menos positivos em torno da questão da institucionalização. Mencionou como pontos positivos “a estabilidade que lhes dá ao nível dos cuidados primários” e o facto de “neste lugar eles encontram adultos que estão dispostos a ser as melhores referências para elas”. Como ponto negativos referiu “o impacto que a sua vivência aqui pode ter ao nível da construção pessoal delas”. Não obstante, a Ed. Costa partilhou que “acredito que existem vários fatores que podem influenciar os efeitos desta experiência de acolhimento, sendo que nós profissionais e o tipo de resposta que lhes damos pode ser decisiva para o seu bem-estar”.

Em relação ao plano de atividades, esta profissional aludiu que esse era construído sobretudo pela equipa educativa, sendo que se perspectivava que as jovens tivessem também um papel importante ao longo do seu planeamento, uma vez que o objetivo era “responder aos interesses e bem-estar das jovens”. Referiu ainda que apesar de a sua construção ser função desenvolvida pela equipa educativa, a equipa técnica também desempenhava um papel importante a esse nível, dando sugestões e aprovando-o. Para além disso, transmitiu que o plano de atividades dava conta de um conjunto de preocupações da equipa que iam desde aspetos ligados ao estabelecimento de relações interpessoais entre as jovens, entre estas e os profissionais e entre elas e a sociedade. Mencionou que tentavam diversificar as atividades que desenvolviam com as jovens, tendo acrescentado que a intenção da equipa era sempre consolidar atividades que já estavam em desenvolvimento, bem como dar início a outras que iam emergindo das circunstâncias atuais da instituição, para, desta forma “não deixar cair as que nos parecem adequadas e as que fazem sentido para as jovens e ao mesmo tempo abrir espaço para novas atividades”. A Ed. Costa apontou como problemas a escassez de recursos humanos no que se referia à equipa educativa,

o facto de as jovens não revelarem cuidados com a sua imagem e saúde, o não se valorizarem, bem como as relações interpessoais inadequadas.

Para finalizar, a Ed. Costa referiu que “neste trabalho ao longo do tempo deparo-me com uma série de desafios que se por um lado, me deixam emocionalmente cansada, por outro, abrem espaço para a reflexão da forma como sou e ago enquanto pessoa e enquanto profissional”. Proferiu a expressão “desafio diário” para transmitir o que representava ser para si educadora nesta instituição, tendo pronunciado que “porque somos humanos e este trabalho desafia qualquer um...porque se criam relações, ruídos na comunicação...porque temos de as preparar para o mundo... porque não podemos desvalorizar os problemas delas...porque será sempre importante sermos empáticos e isso exige muito de nós. Porque não podemos ser indiferentes às pessoas que nos rodeiam e elas passam a fazer parte da nossa vivência, pelo que não podemos ser indiferentes às histórias delas, a elas”.

Licenciado em Bioquímica e mestre em Ciências da Educação, o **Ed. Filipe** referiu, em conversa intencional que trabalhava na instituição há nove meses, estando ainda a adaptar-se ao papel de educador e às dinâmicas institucionais experienciadas enquanto membro relativamente recente integrante da equipa educativa. Partilhou que anteriormente tinha estado como estagiário na CAR, revelando sentir muito gosto por ter tido essa oportunidade no decorrer da sua formação. No seguimento disso, transmitiu que “é evidente que aquilo que eu via no estágio era diferente daquilo que comecei a ver quando comecei aqui a trabalhar...na altura do meu estágio realizei-o com mais duas colegas minhas, sendo que foi um estágio muito curto e a nossa função era particularmente perceber como é que a hora de estudo que as jovens têm cá dentro funcionava e como é que isso tinha impacto nelas”. No que concerne ao funcionamento da instituição referiu que “dado a quantidade de pessoas que acolhe considero que no geral é bem organizada, mas haverá sempre coisas a mudar para um melhor funcionamento”.

No que concerne às relações existentes inter e intra equipas, o Ed. Filipe considerou que “muito sinceramente, e mais ultimamente, a relação (no geral) da equipa educativa está muito gasta e desequilibrada. Torna-se difícil ter uma equipa educativa coesa, com os mesmos princípios, valores e responsabilidade

ética num ambiente tão desafiante e complexo. Principalmente, na maior parte das vezes pela diferente personalidade, formação e experiência de cada profissional. No entanto, devido à saída de vários membros e a entrada de novas pessoas na equipa acaba por ser desgastante e difícil estabelecer um equilíbrio grupal desejado”. Sobre a equipa técnica referiu que “é uma equipa que tenta ao máximo ser uma extensão da equipa educativa muitas das vezes, tentando minimizar atritos entre esta e as jovens. Preocupa-se bastante com o bem-estar de todos os profissionais. Posso dizer que existe consonância entre aquilo que defendem e o que praticam. Só acho que deveriam estar mais presentes dentro da CAR, mantendo o tão desejado contacto pedido pelas jovens”. Para além disso, mencionou que “mesmo aquando a minha passagem na CAR enquanto estagiário, logo percebi que as relações de poder dentro da CAR eram algo curioso e muito importante. Depois quando me integrei efetivamente na equipa educativa percebi ainda mais. Muitas das vezes as jovens utilizam essa mesma relação (diferente e assimétrica) para poderem ter benefícios ou para desprezar, principalmente a equipa educativa, que na visão delas tem menor poder. Mesmo estando nós na linha da frente e termos a autonomia e a legitimidade para atuarmos em qualquer situação. A equipa técnica tem a noção disso e apoia-nos sempre nestas situações, mas como é óbvio em situações mais extremas é necessário sempre a atuação da equipa técnica e assim as jovens tratavam de forma diferente”. Quanto à equipa de apoio, o Ed. Filipe aludiu que “essa equipa tem tanta importância como as equipas educativa e técnica, sem dúvida. E, por isso, deve de estar também munida de informação importante sobre as jovens e sobre a CAR no geral para poder ser também uma extensão das equipas. A relação das jovens com esta equipa é um pouco diferente a nível do “poder” de intervenção e por vezes é necessário intervir em certas situações. No entanto, na maior parte das vezes a relação é salutar e importante no sentido em que por vezes as jovens abrem-se mais e expõem as suas emoções, o que às vezes facilita a intervenção com elas”.

Em relação às jovens, o Ed Filipe referiu que “a minha visão acerca delas foi mudando progressivamente assim como a minha relação com elas. São jovens com problemas sociais e mentais, mas mesmo muito frágeis emocionalmente e, por isso, a importância da relação que os profissionais têm com elas e a importância de os profissionais estarem dotados de ferramentas para trabalhar

com as jovens. São adolescentes já com a personalidade muito vincada e que por vezes se torna muito difícil alterar certos aspetos que as colocam em estados muito dependentes do cuidado de adultos”. No que concerne à sua percepção sobre as relações entre as jovens, o Ed. Filipe transmitiu “como é normal, muitas das vezes as relações entre elas sofrem muito atrito. Muitas delas vêm de famílias desestruturadas, com carências sociais e de relação com o outro também muito fragilizadas, o que torna difícil por vezes a adaptação ao grupo que está na CAR. No entanto, por se encontrarem muitas das vezes em situações parecidas e por terem vivenciado realidades idênticas estabelecem, algumas vezes, uma empatia positiva que as coloca em perspetiva perante toda a situação de acolhimento”, tendo acrescentado “desta forma é imprescindível trabalhar a relação de grupo para as tornar mais fortes psicologicamente e estimular a relação e a vivência em grupo para uma melhor inserção na sociedade”.

O Ed. Filipe debruçou-se acerca do registo das ocorrências que os educadores tinham de escrever todos os dias, explicando que “a equipa educativa vai apontando tudo todos os dias e dá as notas semanalmente, propõe e depois é analisado também com a equipa técnica, onde se discutem as várias situações. Às vezes é unânime, outras vezes não há concordância e a palavra que predomina é a da equipa educativa, pois é essa a equipa que está na linha da frente e é a que sabe o que aconteceu verdadeiramente”. Relativamente às consequências que por vezes as jovens eram sujeitas, o educador referiu que considerava “ridículo aplicarem-se consequências e não se trabalhar mais a partir do diálogo e a reflexão”, acrescentando que isso acontecia porque sentia que “muitos profissionais já desistiram de o fazer”.

Relativamente à medida de acolhimento, expressou que “por mais que a família seja negligente, é muito perigoso a retirada das crianças e dos jovens a essa, pois estamos a destruir o princípio de família e de proteção, sendo que a institucionalização deveria ser mesmo o último caminho. A medida de acolhimento, à partida, é a última medida a ser tomada quanto todas as outras falharam. A criança ou o jovem nunca deveria ser retirado à família e deviam ser trabalhados com esta. No entanto, por variadas razões e constrangimentos esta são retiradas e acolhidas numa instituição. Percebe-se que nem sempre é possível atingir os objetivos propostos ou o “sucesso”, mas mais uma vez

estamos dependentes das leis e da burocracia que por vezes negligencia ou atrasa o processo”.

Em relação aos problemas, o profissional aludiu que “algo que deveria ser fundamental era que todos os elementos da equipa educativa deveriam ter formação na área e/ou algum tipo de experiência com o tipo de público-alvo desta casa. Não obstante claro, que por vezes, mesmo tendo formação na área (superior ou não) não chega ou não resulta, mas há efetivamente uma melhor forma na resposta direta com as jovens tornando assim mais fácil e eficaz a intervenção com as mesmas. Muito embora existisse alguns “encontros” para a equipa educativa discutir entre si, deveria haver uma maior frequência nesses encontros/reuniões e tentarem estabelecer diretrizes mais claras para que todos/as pudessem atuar como uma equipa mais coesa e completa”. Também referiu “a sobrecarga do trabalho que nos deixa cansados” como problema relativo aos profissionais. Relativos às jovens referiu o facto de “não comunicarem de forma clara e a dificuldade que têm em valorizar as suas emoções como a dos outros”. Também considerou como problemas as jovens não “pararem para pensar de forma crítica sobre as variadas situações”, “o pouco cuidado que têm em relação ao corpo” e ainda o facto de terem “percepções muito pouca positivas em relação a si mesmas”.

Para completar, devido à sua experiência particular transmitiu que “enquanto estagiário fui percebendo que a dinâmica da instituição era complicada e desafiante, mas só quando comecei a trabalhar na realidade é que percebi verdadeiramente o que era estar aqui e como é que tudo era vivenciado pelas diferentes pessoas”. Para além disso, mencionou que o facto de ali estar era uma “uma experiência inacreditável, não só a nível profissional...até a minha forma de estar perante os outros mudou”. Acreditou que a expressão “saco de boxe” era das que mais fazia sentido para ele para tentar expor o que significava para ele ser educador na instituição, tendo referido que “poderia escolher muitas outras palavras, atribuindo-lhes diferentes significados e todas elas iriam fazer sentido... escolhi essa porque me lembrei que enquanto educador tenho de estar preparado para as mais diversas reações. Escolhi essa porque me lembrei que elas reagem comportamentalmente, devido também a questões de vinculação. Nós, enquanto adultos que estamos lá para elas somos que um escape para as emoções, tanto boas como más. Mas quero referir que se não

trabalharmos tudo o resto não teremos mudança de fundo. É importante desconstruir as aprendizagens desadaptativas e fazer com que elas (re)aprendam”.

A **Ed. Inês** referiu que não tinha formação superior, tendo apenas concluído o 12.º ano de formação. No geral, considerou a instituição “organizada e aprecio as dinâmicas”, no entanto, “na minha opinião, serão sempre necessários ajustes para melhorar a intervenção que é realizada”.

Em referência às relações existentes na CAR e à sua perceção sobre as equipas, a Ed. Inês evidenciou que “a equipa técnica, embora seja constituída por pessoas com visões diferentes, demonstra ser próxima entre si e isso reflete-se no trabalho. Entre a equipa técnica e a educativa também me parece haver proximidade e abertura para que a segunda se sinta confortável para dialogar com a primeira. Falo por mim, quando sinto que preciso de conversar com elas vou ao gabinete e sinto que elas têm sempre tempo para me ouvir, apesar da azáfama do dia a dia. O que posso dizer eu da equipa de apoio... tem, também, proximidade com as outras duas equipas, mas como realizam um trabalho mais autónomo, essa proximidade não é tão evidente. Porém, é de valorizar a atitude da maior parte dos profissionais que valoriza o trabalho feito por essa equipa”. Todavia, como referiu, “nem tudo é um mar de rosas... somos muitos no mesmo espaço, muitos com os olhos postos no mesmo... a querer dar o seu melhor, mas para haver realmente trabalho em equipa é necessário existir responsabilidade e disponibilidade extras. Sinto que a comunicação, por mais que pareça muita, parece pouca, assim como os momentos em que nos reunimos...que podem parecer muitos, mas sinto que ainda assim, há falta de reuniões para se falar, discutir e refletir”, tendo acrescentado que “esta é uma realidade que precisa muito que as pessoas estejam sincronizadas e dedicadas para conseguirem contribuir com o seu melhor”.

Quanto às jovens, esta profissional considerou que “algumas delas como não têm onde estar vivenciam isto de maneira diferente...umas delas querem viver realidades que não as suas, pois as realidades de algumas delas são muito duras...outras delas vão suportando estar aqui...como costumo dizer, para algumas delas, estar aqui é ir sobrevivendo, pois nunca idealizaram para a sua vida estar numa instituição”. Descreveu as jovens como sendo “corajosas e

sonhadoras” que requereriam muito “amor e carinho”. Para além disso, expôs que “a relação neste tipo de trabalho é determinante”, tendo acrescentado que “e nós não podemos fugir das relações... mesmo sabendo que algumas das interações são mínimas nas fases iniciais ou que podem ultrapassar os limites nas fases mais avançadas”.

Sobre as rotinas referiu que eram muitas e que eram muito previsíveis para as jovens. Explicou que um dia contemplava momentos como a hora do acordar, o pequeno almoço, a reunião matinal, as aulas, a merenda, as aulas de novo, o almoço, o lanche, o banho, o jantar, a ceia e o deitar. O terceiro momento do dia que era a reunião matinal nas palavras desta profissional esse era um momento “sagrado. Todos os dias sem exceção é feito pelos educadores no turno e por uma das profissionais da equipa técnica, faça chuva ou sol. É o momento em que damos a conhecer a previsibilidade do dia. A previsibilidade para elas é boa. O desconhecido a elas traz-lhes sentimentos de ansiedade e insegurança”. Para além disso, mencionou que as tardes variavam com aulas e outras sem e que os tempos sem aulas eram “preenchidos com as mais variadas atividades”, tendo referido que também havia espaço para “as idas às redes sociais e o tempo dos telemóveis” e aos fins de semanas havia “umas saídas à noite a teatro, cinemas ou cafés”. Em relação à hora do deitar, a Ed. Inês referiu que “aqui ouve-se histórias para adormecer. Chamamos a essa hora a hora do conto. São 20 minutos em que o adulto lê para as jovens, já nas suas camas e prontas a fechar os olhos. Às vezes leem elas para o adulto, mas o adulto tem de estar lá, estar disponível”, para que aquele momento fosse, na voz desta profissional “um tempo de mimo e aconchego”.

Esta profissional referiu que era “assustador a quantidade de jovens que estão à espera para entrar aqui e nestes últimos grupos temos tido raparigas cada vez mais novas, meninas autênticas. É complicado porque além de toda a bagagem de vida pesada que transportam, todas elas têm ausência de regras e limites, o que exige muito de nós”. Para a Ed. Inês, na CAR educava-se através de “conquistas, mas também através de desafios e frustrações”, referindo que, dessa forma, “tentámos criar um ambiente seguro e reparador” e ainda “a passagem na instituição cicatriza experiências e deixa-as mais fortes...quando já o são tanto”. Como problemas da CAR, a Ed. Inês referiu o facto de serem “jovens na verdade com baixa autoestima, que não valorizam as suas

capacidades e pouco críticas” e relacionado com isso “os profissionais por vezes não valorizam os bons comportamentos das jovens e também não lhes dão espaço para elas falarem de forma espontânea sobre situações diversas do mundo real”. Para além desses, esta profissional fez referência ao pouco cuidado com a saúde que as jovens evidenciavam e ainda às relações interpessoais menos adequadas que as mesmas desenvolviam entre elas.

Nas palavras da Ed. Inês que cuidava e era adulta, “aprendizagem” era a palavra que refletia o que para ela significava ser educadora. Justificou a escolha da palavra, mencionando “sentir que aprendermos no nosso local de trabalho é uma parte importante, pois é uma ferramenta para nos desenvolvermos enquanto pessoas e enquanto profissionais. A aprendizagem que este trabalho me tem dado proporciona-me caminhos que intensificam a minha vontade de ser e estar no mundo com os outros. É um processo onde eu tenho vindo a adquirir competências, conhecimentos e valores como resultado da experiência que tem sido estar aqui. Também escolhi a palavra aprendizagem porque me remete para a educação, para o desenvolvimento pessoal e sinto que ela é mais favorecida quando eu me encontro motivada para a ação”. A Ed. Inês concluiu que “apesar dos desafios e contratempos sinto-me completa ao estar aqui e paixão é o sentimento que nutro pelo trabalho que construo com estas pessoas”.

O **Ed. Lucas** mencionou que não tinha formação superior, tendo apenas concluído o 12.º ano de escolaridade. Para além disso, referiu que trabalhava na CAR há relativamente pouco tempo, há cerca de 3 meses, estando por isso ainda a compreender o funcionamento da casa. Contudo, referiu que “apesar de me encontrar aqui há pouco tempo, sinto que posso na mesma contribuir trazendo a minha perceção sobre diferentes aspetos que acho pertinentes”.

No que concerne à sua perceção relativamente às diferentes equipas, o Ed. Lucas evidenciou que “a equipa técnica parece-me coesa e empenhada. Além disso, mostra que oferece proteção à equipa educativa. Já a equipa educativa, por vezes, não me parece tão coesa. Isso pode estar relacionado com a quantidade e diversidade de profissionais que integram a equipa e com o cansaço que as pessoas apresentam. Contudo, o trabalho em equipa é mesmo muito importante, mesmo que por vezes queiramos evitar o seu valor. É necessário que esta equipa pense no conceito de sinergia, onde o todo se deveria

mobilizar por objetivos comuns e é preciso que reconheçam que os profissionais devem de ser complementares, pensando que juntos conseguem fazer muito mais do que individualmente. A equipa educativa desempenha um trabalho mais próprio, muito no seu canto, mas isso não significa nada, quando mesmo esses profissionais se comprometem verdadeiramente com o que fazem e para além do desempenho das suas tarefas, assumem que também eles podem ser modelos para as jovens”. Para além disso, mencionou que se as equipas definiam objetivos comuns, também os obstáculos teriam de ser encarados como pertencentes a todos, referindo que “é em equipa que se deve tentar ultrapassar os obstáculos e eu enquanto membro relativamente novo aqui possibilito-me a aprender com os ensinamentos daqueles que têm mais experiência” e acrescentou que “nas equipas, naturalmente, existem hierarquias e por isso é importante reconhecer que os profissionais que estão aqui há mais tempo têm ensinamentos muito significativos e isso transporta-nos para um dos valores mais importantes quando trabalhamos em equipa: a humildade”.

Descreveu as jovens como sendo “aparentemente duronas, mas são uns corações de manteiga. Muito dóceis. Todas elas têm capacidades incríveis e um potencial gigante para vingar no mundo, desde que mostrem o seu melhor e se valorizem”. Referiu ainda que “sinto mesmo que algumas delas efetivamente estão a aperceber-se das mudanças que estão a acontecer nelas, sendo que na voz deste educador, “elas talvez não quisessem, pois gostariam de continuar aquelas duronas, aquelas miúdas que aparentavam não ter medo de nada nem ninguém, que não precisam de ninguém”.

Este profissional focou-se no aspeto sobre a instrumentalização do sistema, referindo que tinha a perceção de que as jovens viam o “modelo como um jogo” e transmitiu que “vou sentindo que há jovens que pelo seu percurso aqui na casa foram percebendo como é que se tem de jogar e vão jogando e talvez por vezes levam o jogo ao limite”. Acrescentou que “sinto que as jovens que estão aqui há mais tempo vivem muito intensamente este jogo” e referiu que considerava que a evolução de algumas das jovens era realmente genuína, mas que outras “têm determinadas ações apenas porque querem atingir aquela nota”. Para além disso, partilhou que “sinto que determinadas jovens, devido às suas características pessoais, conseguem de forma mais fácil alguns incentivos, mesmo que demonstrem algumas falhas ao longo do processo”. Ainda relativo

a esse assunto, o educador expôs que o sistema era um “jogo que elas experimentam e se funcionar continuam até chegar ao topo..., mas elas têm de perceber que a vida não é um jogo. A vida é feita de escolhas”, sendo que o mesmo educador referiu que “enquanto equipa nós não temos resposta para esta situação”. Todavia, como o mesmo referiu, as profissionais da equipa técnica revelavam ter mais cuidado para (re)pensar acerca da questão de como a casa era pensada e funcionava. Sobre as avaliações a que as jovens eram sujeitas, o Ed. Lucas transmitiu que essas eram muito focadas apenas na semana em questão, criticando a maneira como eram realizadas, na altura. Mostrou-se preocupado com essa questão, uma vez que, nas palavras dele, “às vezes temo que nos esqueçamos daquilo que as jovens evoluíram (...) nós registamos essencialmente os aspetos menos bons”.

Para além do mencionado, o Ed. Lucas também fez referência ao plano de atividades, referindo que “enquanto um dos educadores mais responsáveis pela sua planificação, estou a tentar que seja cada vez mais completo, envolvendo de forma ativa as jovens. É importante tentarmos introduzir novas atividades que sejam úteis para elas, mas para isso é preciso que os profissionais estejam disponíveis para as ouvir sobre o que elas consideram necessário e importante”.

Sobre a supervisão externa, o Ed. Lucas afirmou que “são momentos onde se vivencia, por vezes, um ambiente intenso, pois existem várias opiniões sobre os mesmos assuntos, todos eles relacionados com a forma de atuação das equipas, mesmo sabendo que todos nós diariamente tentámos remar para o mesmo lado. Além disso, não posso deixar de referir que por vezes se atenta uma certa inibição por parte de alguns colegas para trazerem à tona as suas questões, talvez devido ao cenário que por vezes se instala”. Porém, reconheceu que “é através do questionamento que podemos refletir e melhorar, por isso, as pessoas deveriam sentir-se à vontade para expor as suas dúvidas, receio e perspetivas”.

O Ed. Lucas quanto aos problemas da CAR referiu que “para mim o maior problema desta casa é haver regras a mais... na minha opinião, as básicas deveriam ser exigidas, como o respeito pelo outro, a higiene...tudo o resto devia ser consoante as circunstâncias”. Acrescentou que “mais importante do que pontuar de 0 a 5 a limpeza e arrumação diariamente realizadas por elas, é sermos pedagógicos. É ensinar como fazer e isso sim seria educar. É estar disponível para elas”. Além disso enumerou também como problemas: a pouca

instabilidade da equipa educativa, a falta de recursos humanos nessa equipa, o facto de as jovens não terem oportunidade de participar na escolha e discussão das dimensões dos aspetos que eram avaliadas, o facto de os profissionais não valorizarem os bons comportamentos e gestos das jovens, o facto de o modelo ser visto como “um jogo”, o pouco cuidado pessoal que as jovens demonstravam com a sua saúde e bem-estar, bem como as relações entre as jovens que, na sua opinião, não eram positivas nem saudáveis.

Por fim, o Ed. Lucas elucidou que “acredito numa educação mais discutida e falada...é necessário refletir-se sobre os atos que temos em relação a nós próprios e aos outros. Revelo consciência e a percepção de que o próprio sistema acaba por não valorizar muito isso, estando muito focado em consequências e recompensas, maioritariamente externas, mas também creio que não é tarde para mudar. Pois mudar algumas coisas, por mais mínimas que possam parecer, são aspetos que irão fazer a diferença nas jovens que acolhemos aqui. As pessoas que trabalhavam na casa são pessoas que se transformam, as jovens mudam, a sociedade muda e, por isso, a forma como se intervém também ela deverá mudar”. Elegeu a palavra “capacitação” para espelhar o que para ele era ser cuidador na instituição, referindo que “capacitar remete-me para a autonomia e para a autoconfiança. Para mim um educador em contexto residencial deverá conseguir trabalhar na capacitação das crianças e jovens. Capacitá-las no sentido de prepará-las para enfrentar as situações inerentes às suas vidas, através dos seus recursos e com a possibilidade de sugerir alternativas, criando um caminho o mais próspero possível. Para essa construção é necessário que o acolhimento residencial seja um ambiente seguro, onde elas possam crescer a nível individual e a nível coletivo. É preciso transpor as palavras e passar a atos que signifiquem mudanças significativas no âmbito destas instituições. Atos que façam com que estas casas sejam lugares mais justos e mais compreensivos para as crianças e jovens. É verdade que na área do acolhimento temos muito a celebrar, mas tanto ou mais pelo qual devemos lutar”.

Licenciada em Educação Social e mestre em Ciências da Educação, a **Ed. Maria** referiu que trabalhava na instituição há 1 ano e meio. No que concerne às relações existentes na instituição, bem como à sua percepção das equipas de trabalho, esta profissional considerou que “a equipa técnica é a equipa mais

afastada das jovens e tenho pena que assim seja”, tendo acrescentado que “um trabalho em rede seria muito mais favorável ao desenvolvimento das jovens”. Entre a equipa técnica e a educativa “há pouca comunicação e muitas das vezes chega a existir atitudes contraditórias para a situação de uma jovem”. Para além disso referiu que “penso que a equipa educativa ter conhecimento do projeto de vida de cada uma e em como, na prática, a equipa técnica pretende desenvolver esse projeto de vida ao nível das competências (saber estar, saber ser) no quotidiano, iria facilitar o trabalho dos educadores, que acabam por ser quem mais convive com as jovens e são sem dúvida interlocutores privilegiados”.

Para Ed. Maria os principais problemas com que se deparou e com os quais foi mais difícil trabalhar com as jovens era o facto de as mesmas “terem muita dificuldade em lidar com contrariedades do dia a dia”, referindo que “elas têm temperamentos muito peculiares e oscilações de humor também muito característicos”, tendo acrescentado que “muitas vezes os adultos não têm as melhores ferramentas para lidar com isso e acabam por entrar no jogo delas, do “bate-boca” que não é, de longe, a melhor estratégia, porque estas miúdas são especialistas nisso...e por isso, nunca vais conseguir nada útil e educativo por essa via”. Para além disso, esta educadora referiu também como problemas a falta de higiene e cuidado pessoal da maior parte das jovens, a falta de conhecimento ao nível da saúde global por parte de profissionais e jovens, os comportamentos desadequados, bem como as relações menos positivas que elas estabeleciam entre si.

Para concluir, referiu que ser educadora, para ela, numa palavra era “desafiante”, tendo fundamentado “porque resume exatamente a nossa forma de estar no terreno, constantemente a desafiar as jovens a serem diferentes, a construírem quadros de valores e de referência mais positivos. E ao mesmo, tempo, a sermos desafiados por elas mesmo quando todos os dias nos mostram a sua resiliência e a sua luta, com avanços e recuos”.

Em conversa intencional com a **Ed. Patrícia**, esta referiu ser mestre em Psicologia e que trabalhava na CAR há 3 anos. Debruçando-se sobre a equipa técnica, referiu que “considero que é uma equipa eclética com algumas pessoas muito profissionais”. Acerca da equipa educativa expôs que “acho que é uma equipa com falta de formação para atuar com as jovens de forma a promover o

normal desenvolvimento das mesmas. A relação que há entre nós por vezes é de alguns conflitos e há falta de fio condutor e consenso no trabalho como equipa”. Relativamente à equipa de apoio, expressou que “no geral é uma equipa com falta de formação para lidar com as jovens”. Ainda sobre as relações e a sua perceção das equipas de trabalho, esta referiu que “a relação das jovens com a equipa técnica é diferente comparativamente com a equipa educativa. Elas percebem a organização hierárquica e sabem que a primeira tem um maior poder de decisão. De uma forma pura e dura, nós, equipa educativa somos os que tomam conta delas e a equipa técnica são as doutoras que têm o poder, isto na lógica delas”. Mencionou ainda que “as jovens fazem muito jogo psicológico principalmente com a equipa educativa. No entanto, dá para se perceber que a equipa técnica revela alguma admiração e preocupação com a sua equipa educativa. Porque, de alguma forma, sabem perfeitamente que temos um trabalho mais direto e difícil”. Na sua perspetiva, “como em qualquer instituição, os recursos humanos aqui são um elemento fundamental, como um pilar fundamental para garantir boas práticas que contribuam para o processo educativo e processo de desenvolvimento das jovens”. Para além disso, no mesmo sentido, a Ed. Patrícia transmitiu que “a maioria das relações que as jovens estabelecem os profissionais são de manipulação e interesse, notando-se a tentativa dos adultos em ganharem o afeto das jovens através de reforços e das jovens em manipularem os adultos para obterem ganhos”. Falando sobre as relações entre as jovens e a equipa de apoio, a Ed. Patrícia realçou que “é uma relação de proximidade, muitas vezes pautada pela manipulação e interesse das partes para obtenção de ganhos”.

A Ed. Patrícia salientou a importância das reuniões semanais, da formação continuada, bem como da supervisão externa, referindo que “são cruciais para dar suporte e orientação nas tomadas de decisão e na estruturação do modelo de intervenção. Nas reuniões discute-se toda a estruturação, a formação contínua é essencial para uma melhor preparação ao contexto que a casa se insere e a supervisão externa é preocupada com todos os elementos de forma a trabalharem todos para o mesmo objetivo e de forma holística, mesmo que isso, por vezes, pareça impossível de se alcançar”.

Descreveu e caracterizou as jovens como “são jovens que devido aos seus percursos tentam evitar algumas experiências da vida, por terem medo de

falhar. Jovens que em momentos das suas vidas foram abandonadas temporariamente ou definitivamente por pessoas significativas para elas, o que faz com que, pelo menos no início, evitem envolver-se em relações para escapar ao sofrimento”. Para além disso, referiu que “por vezes podemos estranhar as atitudes delas, mas se pensarmos bem não são assim de estranhar... são jovens com experiências reiteradas de privação de afetos, de orientação e de cuidados por parte das figuras importantes, o que faz com que elas se mostrem distantes e frias, pelo menos no início das relações. Por estes motivos, é preciso ter cuidado especial em definir os limites saudáveis nas relações com elas para evitar sentimentos de insegurança e receio. Elas precisam de sentir que lhes damos afeto e suporte”. Referiu também que “normalmente elas acreditam que podem e devem expressar o que sentem e que têm o direito de o fazer da maneira que lhes apetece, ignorando, por vezes, as consequências dos comportamentos. Isto, naturalmente, é resultado de uma educação que falhou na definição de limites”. Referindo-se à relação entre as jovens, a Ed. Patrícia aludiu que “há uma relação conflituosa, competitiva e manipuladora entre elas. Às vezes há bullying com as jovens que apresentam problemas mentais, chamando-lhes nomes, batem e ostracizam-nas”.

Esta profissional deu o seu parecer relativamente à educação formal, referindo que “as jovens deveriam ter tido mais oportunidades para estarem integradas nas instituições de ensino da comunidade”, reforçando que “a dimensão escolar é uma das dimensões em que estas jovens demonstram maiores dificuldades, o que pode ter a ver com vários aspetos, inclusive, com a falta de estimulação, dificuldades a nível da aprendizagem e ainda com a baixa motivação”. Para além disso, referiu que “embora não considere o facto de elas terem escola cá dentro deslumbrante, a verdade é que aqui se tenta estabelecer planos mais ao menos individuais com estratégias e recursos para que as jovens superem as suas dificuldades e tentamos apostar no reforço positivo”, tendo acrescentado que era realmente imprescindível “descobrir os pontos fortes delas para as motivar para hábitos de estudo. Pois não nos podemos esquecer que o êxito a este nível está também relacionado com o desenvolvimento pessoal e com a autoestima”.

Sobre a institucionalização, a Ed. Patrícia referiu que “a institucionalização pode ter aspetos positivos, mas preocupa-me seriamente o facto de algumas

destas jovens verem reduzida a esperança de poderem crescer numa verdadeira família”. Ainda referiu que será sempre relevante pensar no papel destas instituições, dado que, “passam a ser o lugar onde as jovens passam a maioria do seu tempo e muitas das vezes sem projeto de vida definido”. Sobre os problemas da CAR, a Ed. Patrícia aludiu “a falta de coesão do grupo; a falta de verbas para atividades extracurriculares; o facto de as regras da casa estarem em constante alteração, o que leva a nunca se saber em que ponto se está; a falta de comunicação verdadeira entre as equipas”. Para além desses, esta profissional enumerou alguns problemas como as relações que as jovens estabeleciam entre elas e com os outros, o pouco cuidado que revelavam ter com a sua saúde, bem como a pouca consciência que tinham em relação a esse assunto e o facto de não conseguirem refletir de forma reflexiva sobre os vários assuntos que as rodeavam. Relativos aos profissionais, a Ed. Patrícia referiu que “a instabilidade dos profissionais da equipa educativa; a superproteção que os profissionais têm relativamente às jovens não é positiva, visto que o que mais queremos é que elas ganhem força para prosseguir; preocupa-me o facto de não se investir de forma sucessiva ao nível da formação pessoal e social das jovens; e o facto de parecer que por vezes o elogiar uma jovem requer muito deles e acabam por não o fazer”.

Para finalizar, a Ed. Patrícia referiu que “independentemente das minhas opiniões mais críticas sobre o trabalho que é desenvolvido e sobre a atitude das pessoas acredito que para se ser cuidador é preciso se ser, de alguma forma, um ser humano com qualidades especiais, expressas, na maioria das vezes, por fortes traços de amor”. Para além disso, mencionou que “neste trabalho é preciso ter uma visão construtiva, um olhar pedagógico e uma compreensão para entender os outros. Entender os seus medos, as suas motivações e os seus desejos, passa a ser gratificante a nível pessoal como também nos faz evoluir a nível profissional”. O verbo “acreditar” era para a Ed. Patrícia aquele que melhor definia a sua perceção relativamente ao trabalho que construía na instituição junto das jovens, pois, “no dia a dia da CAR é preciso que haja, constantemente, atos de crer... acreditar em mim enquanto pessoa e profissional... acreditar no que faço e acreditar no processo e nas jovens. Por vezes pode ser difícil, muitas vezes é dar um passo em frente e dez atrás, com muitos recuos, mas elas

evoluem. Pode não ser ao ritmo que desejamos, mas há mudança. É preciso é acreditar nelas e criar esperança dentro dos seus corações e mentes”.

Licenciada em Psicologia Social e das Organizações, a **Ed. Ribeiro** mencionou que trabalhava na instituição há 5 anos. Referiu-se ao quotidiano da instituição como “cada dia é um dia, nenhum dia é igual ao outro, são todos diferentes”. Acerca das relações existentes na instituição, a Ed. Ribeiro referiu que “o facto de os gabinetes da equipa técnica localizarem-se numa parte do edifício distinta das zonas onde as jovens estão foi intencional para a delimitação da natureza das relações a construir na instituição e no processo de intervenção. No entanto, as profissionais técnicas visitam várias vezes as jovens para acompanhar os seus dias e para realizar alguns dos momentos dos dias, como as reuniões matinais e as assembleias”. Todavia, na opinião desta profissional, “apesar deste carácter formal, existe uma relação muito afetuosa entre as técnicas e as jovens. Muitas das jovens com quem nos cruzamos atribuem a imagem e o papel de “mãe” às técnicas gestora do seu processo, uma vez que associam esse papel a uma figura que assegura cuidados e responsabilidades”. Também referiu que a importância dessa equipa no quotidiano das jovens também se verificava nos “momentos mais difíceis e tensos, onde por vezes, gerir as emoções se pode revelar um desafio enorme...falo dos momentos de crise. Noto que a presença dessas profissionais é fundamental para acalmar as jovens. Da parte das jovens é comum haver uma relação de respeito e enorme consideração perante a presença das profissionais dessa equipa”. Sobre a equipa educativa elucidou que “mais do que acompanhar as jovens, construímos o dia a dia com elas. Somos quem está 24h por dia com elas, todos os dias da semana e durante um longo período de tempo. Auxiliamos no controlo das rotinas e horários da casa e somos os primeiros a intervir em situações de maior crise e conflito”. Para além disso, referiu que “existe um vínculo muito forte entre nós e as jovens, pois durante o tempo em que estão cá, para muitas delas, representamos família e, à semelhança do que acontece com os elementos da equipa técnica, também nos atribuem graus de parentesco, como pai, mãe, tio e tia”, sendo que no seu parecer “esta necessidade de estabelecer vínculos parentais connosco surge da necessidade de sentirem que criam fortes vínculos afetivos, que no caso da maior parte delas, não tiveram na

relação com as suas famílias”. A Ed. Ribeiro designou os profissionais da equipa educativa como sendo, também, “avaliadores, pois compete-nos avaliar diariamente as jovens para, no final da semana, atribuírmos, juntamente com a equipa técnica, a pontuação semanal de cada uma” e referiu ainda que “as jovens desenvolvem por nós um enorme respeito e carinho”. Relativamente à equipa de apoio expôs que “são profissionais com um trabalho mais independente, mas estão disponíveis, de igual modo, para a construção de relações empáticas com as jovens”.

Ao se pronunciar sobre as jovens, a Ed. Ribeiro referenciou que “são jovens com carências afetivas muito sérias, muito graves...muitas delas nunca souberam o que era receber um abraço...tivemos aqui casos de meninas que se afastavam quando a gente se tentava aproximar delas e temos outras que nos agarram e não nos querem largar...temos jovens que não sabem receber elogios, porque nunca foram habituadas a isso”. Para além disso, referiu que “conseguem, também, ser manipuladoras. Algumas delas correm os educadores todos que se encontram em determinado turno até conseguirem algo e se conseguirem, conseguiram, se não, tentam com os educadores do próximo turno. Na maior parte das vezes não sabem estar nas relações porque nunca souberam o que era ouvir os outros e aceitá-los, o que por vezes gera comportamentos maus”. A profissional expôs que anteriormente a “sala do *time-out*” era usada com mais frequência, referindo que isso se devia ao facto de as jovens “que estavam cá eram muito diferentes destas” e recordou algumas das experiências mais desafiantes que tinha tido com determinadas jovens. Perante isso, a Ed. Ribeiro afirmou e reconheceu que “foram essas experiências que me moldaram e que agora me faz agir de outra maneira...tenho consciência de que errei ao longo do tempo...se fosse hoje faria coisas de maneira diferente” e ainda aproveitou para realçar que “a maneira como tu és e estás com elas, ou seja, a relação que tu desenvolves com elas neste tipo de trabalho é muito importante”.

No que concerne às relações estabelecidas entre as jovens, a Ed. Ribeiro referiu que “as relações entre elas adquirem um carácter situacional e variável. Em alguns momentos relacionam-se de forma relativamente carinhosa, havendo troca de afetos e palavras empáticas, demonstrando atitudes bastante próximas. Noutros momentos, relacionam-se de forma bastante agressiva, tanto

em gestos como em palavras. O mais grave é que algumas não reconhecem esses atos agressivos, descrevendo-os como normais”. Referindo-se aos comportamentos, mencionou “fazem rasteiras, puxam cabelos, dão pontapés, empurram-se, colocam pasta de dentes dentro dos sapatos umas das outras...quando são repreendidas, muitas das vezes, alegam que estão apenas a brincar, não associando a agressividade nem às palavras nem aos comportamentos”. Para além disso, expôs “a maior parte é reservada relativamente à sua trajetória, dizendo que não confiam umas nas outras para detalhar acontecimentos marcantes das suas vidas, apesar de viverem juntas, e de forma intensa. Por vezes, conseguem ser muito cruéis umas com as outras, proferem palavras duras em forma de ataque pessoal e dirigidas, de forma intencional, a pessoas ou a situações que são especialmente sensíveis para elas”.

Relativamente à institucionalização, a Ed. Ribeiro partilhou que “é importante que o acolhimento proporcione às jovens um ambiente adequado e que seja impulsionador de boas relações tanto com os adultos como entre elas”. Referiu ainda que “nunca nos devemos esquecer que o momento do acolhimento é especialmente árduo”, pois, nas palavras da mesma profissional “consiste um momento de rutura em que as jovens perdem de alguma forma as pessoas a quem estavam ligadas, por isso, é que esse momento normalmente é vivido com imensa revolta”. Para a Ed. Ribeiro existiam alguns problemas como: algumas divergências entre os profissionais da equipa educativa, que na opinião da mesma, estava relacionado com o cansaço dos elementos; e a dificuldade que alguns profissionais tinham em impor limites. Relativamente às jovens, o facto de as jovens, por vezes, não se sentirem bem consigo próprias; o pouco cuidado com a aparência e higiene pessoal por parte das jovens; o facto de as jovens não revelarem preocupação com questões relacionadas com a saúde, relacionado a isto referiu que “nós profissionais temos de ver a saúde num sentido mais amplo e ajudá-las nesse processo”. Ainda referiu como problemas a pouca tolerância e respeito que as jovens mostravam na relação entre elas.

A Ed. Ribeiro concluiu referindo que “devido à complexidade das situações torna-se complicado, por vezes, encontrar estratégias no meio institucional, mas acredito que um dos focos tem de ser construir elementos de reflexão e estratégias de intervenção capazes de assegurar que o processo de

institucionalização seja cada vez melhor”. Pronunciou duas palavras para definir o que, na opinião dela, tinha de existir para que o acolhimento fosse um processo mais “simpático” para as jovens: “intervenção e construção”, tendo fundamentado que “tem de se apostar muito na intervenção e essa deve ser o mais humana e responsável possível...só com a intervenção feita dessa maneira é que se conseguirá perpetuar no tempo... também me veio à cabeça a palavra construção, porque na intervenção neste âmbito há e tem de haver espaço para a construção de muitas coisas, mas principalmente, construção de regras, afetos e relações positivas”.

Em conversas intencionais, **Ed. Sofia** referiu que era mestre em Psicologia e que trabalhava na CAR enquanto educadora há cerca de 3 anos. No que concerne à sua perceção sobre as equipas, a Ed. Sofia referiu que a equipa educativa apresentava “diferentes elementos, com diferentes perspetivas sobre o que é educar...logo toda esta diferença faz com que o trabalho seja difícil, uma vez que a consistência dos profissionais quanto à imposição de regras e de limites pode ficar facilmente afetada”. Na perspetiva desta profissional isso devia-se à “diferenciação académica entre os elementos, notando-se uma maior tolerância e envolvimento positiva com as jovens por parte de quem tem maior conhecimento teórico sobre as problemáticas das jovens”, tendo acrescentado que “está ao dispor de todos, o acesso a informação para se ser melhor profissional, mas nem todos os elementos apresentam disponibilidade pessoal para se envolverem no processo de crescimento das jovens”. Relativamente à equipa técnica descreveu-a como sendo “equilibrada tecnicamente e apresenta-se disponível para assessorar o trabalho da equipa educativa”, tendo ainda mencionado que “neste momento, já demonstra mais disponibilidade de tempo para ouvir e estar com as jovens”. Sobre a equipa de apoio aludiu que “acredito que fazem o melhor que sabem com as jovens e funcionam como uma espécie de porto seguro quando as jovens estão chateadas com educadores e técnicas”. Em relação às relações entre as jovens e os elementos da equipa de apoio, a Ed. Sofia referiu que “na maioria das vezes têm relações positivas, o que se prende também com o facto de não terem poder decisório nas várias etapas do processo de acolhimento e as jovens sabem disso”. Ainda no que às relações diz respeito, a profissional transmitiu que “as relações são mais próximas entre educadores

e jovens do que entre técnicas e jovens, mas este facto advém dos diferentes papéis desempenhados pelos profissionais”.

Relativamente às relações existentes entre as jovens, esta educadora expôs que “são inconstantes. Ou são muito amigas e são leais ou são pautadas por episódios de agressão e violência física e verbal”. Para além disso, esta profissional transmitiu que “é importante que a equipa educativa possibilite às jovens o ato de errar”, referindo ainda que “é importante que elas falhem connosco, pois nós vamos dando-lhes apoio e elas vão crescendo. Para depois lá fora, mesmo que errem, saberem melhor como reagir, porque antes já falharam aqui num ambiente protegido connosco”. Em relação às jovens, Ed. Sofia manifestou que “apesar de todos os problemas de comportamento que as jovens apresentam e por isso foram sinalizadas para a entrada na CAR, acredito que os problemas de vinculação na primeira infância são aquilo que as caracteriza melhor. Apresentam relações parentais negligentes ou abandonatórias, que não potenciaram uma educação para as regras e para os limites. A inconsistência e o mau trato estão presentes nas histórias delas, e isso faz com que haja uma menor tolerância da parte delas aos adultos, bem como uma apetência para os comportamentos desviantes”. Ainda referiu que “não é bom as jovens não serem confrontadas com as coisas. Só assim elas aprenderão. Estando tão fechadas elas próprias sentem que não têm asas para voar”.

Relativamente à institucionalização, esta profissional salientou como vantagens o facto de “existirem regras e limites bem definidos, pela previsibilidade do dia a dia para as jovens, pelo facto de permitir/restabelecer o sentimento de segurança que as jovens têm quebrado”. No entanto, referiu que “acredito que ainda precisa de muitos aperfeiçoamentos, mas é um meio que tem resultados e que promove efetivamente mudanças estruturais nas jovens”. Como problemas da CAR, a educadora transmitiu que “um dos maiores problemas está relacionado com a comunicação em si, ainda é muito só verbal o que dá espaço à existência de boatos e mal-entendidos... quando a comunicação é feita por escrito dá lugar a menos dúvidas e a menor ruído na mensagem passada” e acrescentou que “não deveria representar um esforço para os profissionais valorizar os atos bons das jovens”. Em relação às jovens referiu “a falta do cuidado pessoal, o não se valorizarem, o baixo nível de desenvolvimento moral e as relações entre elas”.

A Ed. Sofia referiu a palavra “almofada” para transmitir o que era para ela ser cuidadora na instituição, indicando que “a almofada é uma das melhores amigas do ser humano... elas têm dias difíceis e por vezes o que precisam é de descansar e repousar a cabeça na almofada mais “perfeita” e aconchegante que mereciam ter tido e que muitas vezes, por diversos motivos, não tiveram... eu, cuidadora, no tempo em que elas estão cá comprometo-me a ser a almofada que elas precisam no sentido de as acolher”.

O **Ed. Vicente** referiu que não tinha formação superior, tendo apenas concluído o 9.º ano de escolaridade. Para além disso, mencionou que trabalhava na CAR há 5 anos, tendo referido que apenas ele e a educadora Ribeiro estavam desde o início integrados na equipa, referindo que “a equipa variou várias vezes e isso naturalmente traz desafios novos para a dinâmica da instituição”. No que concerne às relações existentes na CAR, o Ed. Vicente evidenciou que “acho que as colegas da equipa técnica têm uma grande proximidade entre si. Na minha opinião é uma equipa coesa que tem como foco de trabalho um só objetivo. A equipa educativa por sua vez já revela mais problemas a nível de organização. É uma equipa que se esforça, na minha opinião. Contudo, as entradas e saídas também são um motivo pelo qual a equipa não se torna mais estável, existindo por vezes algumas divergências relativas à maneira como agimos. A equipa de apoio é uma equipa que faz o melhor que consegue e constrói relações muito próximas com as jovens”.

Relativamente às jovens, o Ed. Vicente expôs que “têm a capacidade de mexer connosco, sendo que todas elas têm um lado menos positivo na sua vida, mas também têm um lado muito bom”. Para além disso, este educador referiu que “são afetivas, quando querem...num momento procuram o colo dos adultos e de um momento para o outro isso pode virar a insultos e isso magoa”.

Sobre o processo de institucionalização e acerca da realidade do acolhimento, o Ed. Vicente transmitiu uma ideia que para ele era central, a de que “as jovens acolhidas são todas diferentes e o modelo é o mesmo para todas, sendo o chapéu de toda uma intervenção que é realizada”. Referiu que não concordava com a questão das consequências, acrescentando que “quantas delas tiveram pessoas nas suas vidas a chamar-lhes a atenção, ajudando-as a perceber o que é certo ou errado?” e acrescentou que “é importante que nós profissionais reflitamos

constantemente acerca da nossa prática profissional e sobre como vemos as jovens”. Para completar a sua ideia, o Ed. Vicente caracterizou os momentos da supervisão externa como “o espaço onde posso dizer o que quero, pois, o espaço é meu...e dos meus colegas claro”, referindo ainda que esses momentos também o ajudavam a perceber a importância de se colocar no “lugar das jovens, tendo mais informação sobre os aspetos que as perturbam, podendo ajudá-las e tornando a intervenção mais adequada”, tendo ainda aludido que “apostar no diálogo será sempre muito importante com este tipo de jovens...acredito que a comunicação ativa se pode constituir como uma estratégia educativa essencial”. Para além disso, este educador refere a importância de se apostar num trabalho mais voltado para a valorização das jovens e refere que “é importante realizarmos espécie de investigação sobre o que nos rodeia na CAR com o intuito de cruzarmos informação”, tendo acrescentado que para isso era “preciso estar verdadeiramente comprometido com este trabalho”. Aludiu ainda que “pela minha experiência a CAR marca muito as jovens que por aqui passam e nós adultos temos o dever de fazer com que este lugar seja sentido como bom”. O Ed. Vicente referiu alguns problemas relacionados com a equipa, nomeadamente, “a falta de recursos humanos na equipa educativa, o cansaço por parte de alguns profissionais e os profissionais estarem, por vezes, demasiado focados nas consequências, esquecendo-se de valorizar os aspetos positivos das jovens”. Sobre as jovens mencionou “os problemas de higiene e o notório desmazelo da imagem pessoal, o modelo de intervenção ser visto como um jogo e as relações que as jovens estabelecem entre elas e com as pessoas no geral”.

Por fim, expôs que “existem vários caminhos para se chegar a determinado fim, mas isso só será possível se olharmos para as jovens como seres únicos” e referiu a palavra “tutor” para definir o que era para ele ser educador na CAR, referindo que “sinto que todos nós aqui desempenhamos o papel de tutor, não é que as jovens sejam incapazes, até pelo contrário, elas são muito capazes e têm várias potencialidades e recursos interiores, mas no sentido de que temos a nosso encargo o grande papel de as amparar, proteger e defender, principalmente quando elas não se sentem em condições para o fazer”.

Na conversa intencional com a **D. Carolina e a D. Paula**, profissionais da equipa de apoio, responsáveis pela lavandaria e pela cozinha respetivamente, referiram que trabalhavam na CAR há algum tempo, não precisando há quantos. A D. Paula aludiu “o nosso trabalho é muito mais independente, comparativamente com o das outras equipas”, tendo a D. Carolina acrescentado que, “no entanto, considero igualmente importante tanto para o funcionamento da casa como para as jovens que acolhemos”. Para além disso, partilharam que se sentiam acarinhadas pela maior parte das pessoas que trabalhavam na instituição, bem como pelo grupo de jovens. Ainda sobre as relações com as jovens, referiam que “sinto que acabamos por ter um contacto muito próximo com elas e por vezes recorrem a nós para fazerem confidências e pedir conselhos” (D. Paula), tendo a D. Carolina acrescentado que “neste trabalho ter disponibilidade interior e atitudes que sejam calorosas, acolhedoras e afetuosas faz toda a diferença para elas”.

Sobre as suas funções, mencionaram que tinham as funções de ensinar as jovens a cuidar dos seus pertences e sobretudo, ajudá-las a realizar algumas tarefas importantes do dia a dia, como arrumar os quartos ou passar a ferro, por exemplo. A D. Paula aludiu que “tarefas que lhes irão permitir desenvolver competências para o seu processo de autonomia”. Embora reconhecessem “é mesmo importante investir nessas áreas”, referiram que “é difícil e gostava de ter mais disponibilidade para apostar nesta dimensão” (D. Carolina), tendo a D. Paula referido ainda “ao nível da autonomia o que é feito é bom, mas é sempre pouco. Por exemplo, uma hora semanal na cozinha e na lavandaria não chega”. Ainda no que concerne à tarefa da cozinha, a D. Paula mencionou que “tentamos muito que as meninas da última fase principalmente sejam envolvidas nesta tarefa, mas torna-se complicado dar-lhes um apoio constante. Contudo, desenvolvem tarefas como colocar a mesa e são responsáveis pela limpeza do refeitório. Outro problema relacionado com o facto de as ter na cozinha é que é preciso ter muito cuidado com os objetos cortantes que existem na cozinha, o que exige que os profissionais estejam com 7 olhos”.

A D. Paula referiu que “todos os fins de semana há uma sobremesa especial. Ora feita por elas, ora por nós. É um momento ansiado por todas. A relação entre emoção e alimentação é visível. E nós tentámos integrá-la com peso e medida, num sistema de atenção, carinho e afeto”. A mesma profissional também

mencionou que “a alimentação influencia em diversos domínios do desenvolvimento das jovens, como nos comportamentos, raciocínio, saúde... assim, estabelecemos horários de alimentação, aliado a escolhas alimentares adequadas”. A D. Carolina referiu que “a socialização inerente aos momentos das refeições, quando adequadas, fomenta e desenvolve competências relacionais e de comunicação”. Todavia, admitiram que “infelizmente é nas horas das refeições que, por vezes, existem os maiores conflitos” (D. Paula) quando elas, na opinião destas profissionais, poderiam aproveitar esse tempo para falarem de assuntos diversos, estimulando as relações entre elas.

As profissionais concluíram referindo que “não sabemos bem dizer que problemas existem ao nível de funcionamento da casa, mas sabemos que falhamos um pouco na parte da autonomia” (D. Carolina), sendo que a D. Paula acrescentou que “acho que as meninas, no geral, têm pouco cuidado com a sua saúde no geral e acho que os profissionais deveriam ter conhecimento que a autonomia não se prende só com o cozinhar ou saber tratar da roupa, mas também a nível de zelo de espaços e, mais importante que isso tudo, também, incide nas áreas pessoais e sociais”, tendo a D. Carolina concordado. Porém, expuseram que “penso que agora a equipa técnica tem tentado abrir os olhos em relação a isso” (D. Paula), tendo a D. Carolina acrescentado que “sim, parece-me que tem havido esforços de parte a parte para se comprometerem com o desenvolvimento da autonomia das jovens, mas volto a reforçar que a autonomia não devia de ser trabalhada apenas ao nível da cozinha e lavandaria”.

O **Sr. Moreira**, profissional da equipa de apoio, em conversa intencional, aludiu que “eu trabalho aqui há muitos anos e é verdade que me reconheço como um homem ainda um pouco conservador e com ideias muito fixas”. Sobre as suas funções explicou que “tenho a tarefa de manter a casa em boas condições de higiene e segurança, com o objetivo de ela ser um ambiente acolhedor, que conduza ao bem-estar de todos. Além disso, apoio muitas das vezes os elementos da equipa educativa”. Ademais, este profissional mencionou que “costumo ver se os equipamentos da casa estão a funcionar bem... temos aqui meninas que têm medo do escuro e eu sou responsável por ver, por exemplo, se as luzes de presença dos quartos estão a funcionar, para garantir que a noite para elas é o mais tranquila possível”.

No que concerne às relações existentes, o Sr. Moreira referiu que “sinto que, apesar de tudo, todos os profissionais sabem bem as suas funções e eu sempre que preciso de falar alguma coisa com qualquer um deles não tenho problema em fazê-lo, porque sinto que me ouvem”.

Sendo o profissional mais responsável por conduzir os veículos da instituição, o Sr. Moreira mencionou que “sou eu muitas vezes que as levo para fora daqui e sinto-me bem por isso, mas muitas vezes estou com o coração nas mãos com medo que elas fujam. Quando tentam fugir eu corro atrás”. Acrescentou ainda que “as saídas por vezes signifiquem idas a consultas, tribunais ou escolas..., mas por vezes é dos poucos momentos em que elas podem ouvir as músicas que querem e elas gostam tanto de ouvir música nas alturas. Sinto que as viagens, por vezes, são relaxantes para elas”. Para além disso, partilhou que “sinto que muitas delas gostam verdadeiramente de mim, elas demonstram isso no dia a dia, mesmo que por vezes de forma disfarçada... brincamos muito..., mas, acima de tudo, elas respeitam-me como eu as respeito a elas também”.

Registo das conversas intencionais com as Jovens

Estabeleceram-se, inicialmente, conversas intencionais com todas as jovens que, à data, se encontravam institucionalizadas, entre os meses de outubro e janeiro. Não obstante, ao longo do tempo houve sempre abertura e disponibilidade para se manter as conversas intencionais, valorizando-se as perceções das diferentes jovens, o que proporcionou a existência de um conhecimento que foi sendo mais completo.

Em conversa intencional, a **Alexandra** referiu que tinha completado os seus 16 anos na CAR e que estava acolhida na casa desde junho de 2017, tendo acrescentado que já tinha estado noutra instituição e que sempre soube o motivo das suas institucionalizações, sendo que na opinião dela “esta foi mais difícil por me sentir fechada”. A Alexandra expôs que “para mim entrar na instituição foi difícil, porque não conhecia ninguém”. A Alexandra referiu que gostava muito

dos profissionais, tendo mencionado que “tenho uma boa relação com os profissionais, mas sinto que eles por vezes se esquecem de valorizar as nossas boas atitudes”. Relativamente à sua relação com as colegas, a Alexandra salientou “tem os seus dias, mas até é boa... gosto do grupo”. No que concerne à escola, esta jovem referiu que “a escola é boa e os professores são simpáticos”.

Quando questionada sobre as alterações que faria na instituição, a Alexandra mencionou que “gostava de mudar as avaliações finais da semana, alterava algumas regras e mudava os comportamentos menos bons que nós jovens temos algumas das vezes”. Relativamente às atividades, esta jovem referiu que “sim, são do nosso interesse”. Para além disso, na sua opinião era bom que as jovens participassem nas tarefas da casa, referindo que “às vezes não apetece, mas só nos faz bem”. O trabalho que era desenvolvido com as jovens na fase de autonomia para a Alexandra tratava-se de “preparar as miúdas para o que existe na vida lá fora. Preparar-nos para alguns dos problemas da vida”.

Sobre a existência de pessoas estagiárias na instituição, esta jovem mencionou que “é muito bom, é muito bom eles estarem em convívio connosco”. Os gostos e interesses da Alexandra foram expressos por ela, referindo que “gosto de boxe, música, de fotografia e sair com amigos”. Quanto ao futuro, esta jovem referiu que “quero ir viver com o meu pai e acabar o 12º ano”. A Alexandra concluiu expondo que “esta casa significa tipo uma prisão para mim, mas uma prisão que me tem feito aprender e a crescer muito”.

Na conversa intencional, a **Ariana** transmitiu que tinha 15 anos e que estava institucionalizada desde junho de 2018, tendo acrescentado que “antes de vir para aqui estive noutra instituição que achava mau e sempre soube os motivos de eu vir parar cá”. Para a Ariana, entrar nesta instituição “foi muito mau, porque ia ficar sem aquela liberdade que eu gostava. Não ia conseguir estar o tempo que eu queria com os meus pais nem como o meu namorado”. Para além disso, expôs que “digam o que disserem, estar numa instituição interfere muito na nossa vida pessoal, mas ao longo do tempo fui estando melhor e fui percebendo que ela era o melhor para mim”.

A Ariana em relação aos profissionais e à sua relação com eles referiu que “são todos muito diferentes e acho isso bom... no geral, dou-me bem com todos, mas é verdade que eu não sou uma pessoa de me abrir facilmente para os

outros”, tendo destacado que se sentia mais próxima do “Ed. Filipe e do Ed. Vicente”, visto que “são bastantes carinhosos e veem o nosso lado”. Para além disso, a Ariana partilhou que “sinto que alguns profissionais se esquecem que nós somos jovens e não crianças”, tendo acrescentado que “uma educação rígida para mim não funciona... os meus pais já me bateram muito e uma educação assim nunca funcionou comigo... para mim tem de ser uma educação clara e acima de tudo preciso de pessoas que sejam genuínas comigo”.

Sobre as jovens, a Ariana expôs que “no início tive dificuldade em identificar-me com elas, mas aos poucos, apesar de tudo, fui e tenho-me integrado à minha maneira”. Para além disso, a Ariana partilhou que “aqui é difícil estarmos sozinhas, por isso, temos de partilhar tudo, as alegrias, as tristezas, a má disposição e isso obriga-nos a ir convivendo e a aprender com os outros, mas não é tudo bom aqui, fazemos muita asneiras e temos pouca paciência umas para as outras”. Nesse seguimento, a Ariana transmite que “às vezes há bate bocas feios e nós depois temos consciência de que ultrapassamos os limites e acabamos por reconhecer que não foi muito correto, mas muitas de nós tem muita dificuldade em controlar os impulsos, mas o que penso é que não posso estragar as minhas semanas por causa delas, porque a verdade é que eu já aprendi a jogar o jogo”. A Ariana ainda partilhou que “estou cansada de ser sempre eu a tentar tudo, acho que as pessoas também deviam dar o passo para se darem comigo e aceitarem-me como sou”. Para além disso, a Ariana referiu outros vários aspetos como “também entre nós e os profissionais há relações de amizade e episódios de violência; muitas das vezes não temos preocupação com o bem-estar umas das outras; às vezes não há respeito pelas regras”. Todavia, também referiu que “há pessoas com quem nos identificamos mais e com quem partilhamos os nossos medos”, referindo-se a jovens e a profissionais.

No que concerne à dimensão escolar, a Ariana expôs que “lá fora nem quero pensar... eu não tinha queda para a escola... não é por acaso que o meu percurso é marcado, também, por insucesso escolar”. Porém, a Ariana também referiu que “apesar das minhas dificuldades mais a nível do vocabulário e na compreensão, sou capaz de ser das mais aplicadas na escola aqui... mas também nesta escola há momentos que ultrapassam os limites. Já não é a primeira vez que eu tomo a atitude de abandonar a sala de aula e chamo os educadores para pedir ajuda, para que as situações não ultrapassem mais os limites”. Sobre os

professores, transmitiu que “são simpáticos e porreiros, mas por vezes vê-se que não têm mão em nós e chegam a ficar atrapalhados com algumas situações. Também acho que algumas de nós vai abusando deles, da boa vontade deles...”.

Sobre as dinâmicas da casa, a Ariana referiu que “de todas as tarefas que temos de fazer a que mais gosto são as limpezas. Gosto muito de limpar e arrumar, porque me tranquiliza e deixa-me mais calma. Gosto de arrumar o meu quarto e as minhas roupas, sou muito perfeccionista nisso. Quando estou a limpar ou a arrumar gosto de estar com música nas alturas, mas nem sempre deixam”. Acerca das “assembleias” da instituição, a Ariana partilhou que “as assembleias são sempre um mistério... já tive assembleias boas e outras más, como todas. Às vezes fico triste pelas outras”. Sobre a existência de estagiários na CAR, a Ariana expôs que “também é difícil para mim dar-me e abrir-me com eles, mas a minha opinião é que no geral costumam ser pessoas muito compreensivas e costumam ajudar-nos”. Quando questionada sobre o que gostava de mudar na instituição, a Ariana referiu que “gostava que no geral todas gostássemos mais de nós e que fôssemos mais genuínas umas com as outras; acho que a questão da falta de higiene é um assunto sério e que pode provocar algumas doenças; os conflitos entre nós, mais uma vez, acho que muitas vezes passam os limites; gostava que pensássemos mais umas nas outras...; acho que era importante haver discussão sobre vários assuntos do mundo real; e mudava algumas regras”. A Ariana debruçou-se especificamente nas regras relacionadas com o tempo destinado às visitas, referindo que “para nós é sempre pouco tempo, gostava de ver mais a minha família”. Outro dos problemas verbalizados pela Ariana estava relacionado com as condições da sala do *time-out*, referindo que “eu penso que as paredes deveriam ser em esponja, por exemplo”. Para além disso, esta jovem aludiu que “nessa sala tem várias coisas menos bonitas escritas dirigidas a diferentes pessoas... nós quando vamos para lá é porque não estamos nada bem”. A Ariana também referiu que “não gosto quando veem com as mudanças de quartos, mas da última vez acabei por reconhecer que foi bom para me dar melhor com a Lili”.

Quanto aos gostos e interesses, a Ariana referiu que “gosto de música, de fotografia, de dançar, de sair e estar com amigos e gosto de ver filmes e séries”. Quanto ao futuro, a Ariana mencionou “quero sair daqui bem comigo própria e deixar as pessoas orgulhosas de mim... quero ir viver com o meu pai e irmão”. A

Ariana concluiu a transmitir que “isto acaba por ser um jogo para mim, mas nem sempre é fácil manter o comportamento estável como eles pedem muitas vezes... tudo o que acontece aqui é sempre uma incógnita...tudo pode estar bem, como de repente por algum motivo fica mal... as pessoas adoram-se e odeiam-se... fazem tudo e nada umas pelas outras”.

A **Bandeirinha Júnior**, em conversa intencional, referiu que tinha 17 anos e que “ando de instituição em instituição” desde 2009. A Bandeirinha Júnior referiu que sabia o motivo da sua institucionalização, tendo partilhado e descrito alguns comportamentos e sentimentos associados à entrada para a CAR, referindo que “ao início foi um bocado mau, porque não pensava que me ia dar bem com as pessoas todas que moravam aqui..., mas depois acabou por ser a melhor coisa que tive na vida”. Acerca do funcionamento e organização da instituição, esta jovem revelou que “acho que é sempre bom para as jovens mudarem e pensarem mais na sua vida”. Referindo-se acerca das “assembleias da casa”, a jovem expôs que “sempre que chega à sexta feira sinto borboletas na barriga, porque sei que a minha próxima semana depende muito do que vou ouvir nesse momento. Na minha opinião nunca fez sentido haver assembleias porque a nossa vida depende muito das notas”.

A Bandeirinha Júnior considerava que tinha uma boa relação com a maior parte dos profissionais, aludindo que “considero uma relação de família. Sinto-me mais próxima de duas educadores, mas no geral, dou-me bem com todos”. Esta jovem ainda referiu que “sinto que os profissionais muitas vezes fazem o esforço para valorizar as jovens, mas há outras vezes em que se esquecem de fazê-lo e só nos apontam o dedo para as coisas más”. No que concerne às relações com as jovens, caracterizou-as como “são relações que são caracterizadas de muita coisa. De amor, ódio, amizade e carinho. Vejo-as como se fossem minhas irmãs, mas nem sempre demonstrei isso”. Enquanto pessoa individual e enquanto pessoa pertencente ao grupo, referiu que “sinto-me muito melhor por estar aqui. Sinto que tenho sido uma mais valia para elas enquanto aqui estou e sinto-me mais útil para o mundo”. Referindo-se de novo às relações entre as jovens, esta jovem reforçou que “acho que acabam por se preocupar umas com as outras, mas como já disse, as relações aqui dentro acabam por misturar vários sentimentos”.

Sobre a escola no interior da CAR, esta jovem, debruçando-se, principalmente, na relação que mantinha com os professores, referiu que “a relação que temos com os professores daqui é diferente da relação com os professores de lá de fora”, tendo acrescentado que “é sempre bom ter a escola dentro da nossa própria casa”. Relativamente ao plano de atividades, a Bandeirinha Júnior referiu que as atividades nem sempre tinham em conta os interesses e gostos das jovens. Para além disso, mencionou que, em relação às dinâmicas da casa, “acho bem participarmos nas limpezas, porque somos nós que sujamos”. Quando questionada sobre as alterações que faria na instituição, a Bandeirinha Júnior mencionou que “para mim não havia tantas regras e melhorava algumas rotinas, como a hora de deitar e a hora de comer”. Para além disso, referiu que “gostava de ter o poder para mudar a maneira das pessoas falarem umas para as outras”. Todavia, expressou também que “há muita coisa boa dentro desta casa”. Quanto aos gostos e interesses pessoais, a Bandeirinha Júnior mencionou que “gosto de fotografia, de fazer novos amigos e de experimentar coisas novas”.

Esta jovem, pronunciando-se acerca da fase de autonomia referiu que “não é trabalhada muita coisa e por isso é que por um lado quero muito mudar de instituição”. Quanto ao futuro, a Bandeirinha Júnior mencionou que “desejo sair daqui e ir para uma autonomia de vida”. No entanto, realçou que “esta casa e estas pessoas representam e sempre representarão muito na minha vida... sinto que mudou muita coisa em mim”. Ainda partilhou que gostava imenso do facto da instituição acolher estagiários, referindo que “acho ótimo essa abertura da CAR, pois por vezes eles representam as melhores pessoas que temos para conversar aqui dentro”. A Bandeirinha Júnior escolheu a palavra “família” para se referir ao que a instituição e as pessoas que lá trabalhavam significavam para ela, referindo “com letra maiúscula e com um coração”, justificando que “são as pessoas que me acompanham 24h sobre 24h e estão sempre lá para mim, mesmo quando eu não sou a melhor menina. Para mim eles são a minha família de coração”.

Em conversa intencional, a **Bianca** mencionou que tinha 17 anos, que estava na CAR há mais de um ano, sabendo o motivo da sua institucionalização e que já tinha tido mais duas experiências de acolhimento anteriores. Recordando o

período de acolhimento e as emoções que essa fase lhe trouxe referiu que “no início foi muito complicado porque estava habituada à liberdade, a estar com a minha família e ao entrar aqui, no início, fiquei sem isso”. Descreveu essa etapa como “foi uma fase difícil para mim e custou habituar-me ao ambiente”. Acrescentou que “inicialmente não me portava mal, mas chorava muito, estava sempre no meu canto...todos os dias eu chorava e sempre que chegava a noite ou era domingo então é que era complicado para mim”.

Em relação à sua relação com os profissionais evidenciou que “tenho uma relação muito boa com todos, mas tenho alguns de quem sou mais próxima e com quem gosto mais de conversar”. Para além disso, referiu ainda que os profissionais para ela eram como “uma família emprestada. Foram e são pessoas importantes que estão do meu lado num momento menos bom na minha vida e que me deram e dão muito apoio” e que, na opinião dela, “tendem a valorizar muito as jovens, mas por vezes é uma valorização superficial. Por vezes eu preferia ter algo escrito por eles ou um abraço deles do que ter o privilégio de ir ao cinema”.

Relativamente à sua relação com as jovens, a Bianca afirmou que “a minha relação em geral é boa, mas claro que me dou melhor com umas do que com outras. Uma das melhores coisas que a CAR me deu foi a possibilidade de conhecer a Alexandra. Acho que as relações entre as jovens são um bocado complicadas muitas das vezes”. Para além disso, referiu que “sinto-me incomodada com algumas situações, pois poderíamos ser mais umas para as outras, pois esta passa a ser a nossa casa. Gosto de algumas das quais pretendo levar amizade lá para fora, mas outras acho que são muito conflituosas e mesquinhas”. Reforçou que a relação entre as jovens era inconstante, evidenciando que “há momentos em que nos damos muito mal, mas também há momentos em que nos damos bem. Conviver tantas horas juntas dá confusões”.

Sobre o facto de a escola ser no interior da CAR e trazendo a sua perceção relativamente aos professores, esta jovem refere que “a escola é fixe, mas era melhor se fosse fora na minha opinião. A disciplina que mais me chama a atenção é português. A relação com os professores é muito boa, todos eles são muito simpáticos e ensinam bem”. Relativamente às atividades, a Bianca referiu que na maioria das vezes “tem em conta os nossos gostos, mas às vezes há coisas que não gostamos. A maioria das atividades são divertidas e aprendemos muita

coisa, mas há outras que são uma seca”. Para além disso, pronunciando-se sobre as dinâmicas da casa e o facto de as jovens participarem das mesmas, esta jovem aludiu que “acho correto participarmos na limpeza e arrumação da casa, porque é como se estivéssemos na nossa casa. Além disso, havia aqui meninas que não sabiam fazê-lo e aqui tiveram a oportunidade de aprender”. Em relação às “assembleias da casa”, referia-se a elas como “é uma coisa boa. É o nosso momento. Onde podemos expressar o que sentimos e podemos dar a nossa opinião para mudar algo que para nós não corre assim tão bem. Basicamente é um momento muito nosso que pode ser bom ou mau, pois também é onde sabemos a nota e as notas nem sempre são boas”. Em relação à fase da autonomia, identificou-a como sendo “para mim a melhor e a mais difícil de conquistar”. Acrescentou ainda que nessa fase o que se pretendia era “preparar-nos para quando formos embora, por exemplo, ter responsabilidade de tratar dos nossos assuntos médicos, escolares...”.

Quanto aos gostos e interesses pessoais, a Bandeirinha Júnior mencionou que “gosto de ler e desenhar, gosto de participar em debates, adoro fotografia e amo música. Gosto de ver filmes, jogar com os meus amigos e gosto muito de atividades radicais. No verão gosto de ir à piscina e fazer piqueniques. Gosto muito da natureza e amo animais e gosto de quando posso ajudá-los”.

Revelou que gostava de ter o poder para mudar alguns aspetos na instituição, sendo que se tivesse esse poder, o foco dela iria estar relacionado com alterações ao nível das visitas, ao nível dos telemóveis e ainda ao nível da relação que havia entre as jovens, bem como o cuidado que cada uma tinha consigo própria, tendo referido que “acho que no início, por exemplo, deveríamos poder ter mais visitas. Além disso, acho que devíamos poder ter os nossos telemóveis, invés de estar com os telemóveis dados por eles. Gostava que as jovens se dessem melhores umas com as outras, convivendo de forma boa. Muitas delas não têm cuidado consigo mesmas, falo ao nível de higiene e saúde e isso é mais frequente do que podemos imaginar. Olhando agora para trás também reparo que houve muitas vezes em que eu própria não cuidava de mim, pois não me interessava. Ia arranjar-me para quê e para quem? Os meus refúgios foram muitas das vezes só dois: o meu quarto (que era partilhado) e a comida”. Também apontou o lanche e a ceia como pontos menos positivos, alegando que “o que gosto menos é o lanche e a ceia. Quero sempre mais comida e coisas diferentes”. Sobre os

aspetos positivos da CAR enumerou “os profissionais são muito simpáticos e queridos; o facto de podermos falar sempre com eles e o facto de as doutoras falarem connosco a pedirem opinião sobre as coisas da casa”. Também mencionou como aspetos bons da instituição “a comida era boa e o bom conforto”.

Sobre o facto de a instituição acolher estagiários, a jovem declarou que “gosto muito disso e acho que é bom tanto para nós como para eles. No sentido de conhecerem uma realidade diferente. Eles também são muito importantes para nós, pois também nos dão apoio, falam connosco, ensinam-nos coisas novas e nós a eles. Por vezes são as únicas pessoas que nos fazem sorrir”.

A jovem, ao longo da conversa intencional, foi partilhando que a CAR tinha os seus aspetos menos bons, mas também tinha aspetos bons, mencionando que “reconheço o bem que me fez estar aqui e acredito que às outras também faz bem. Sinto que estar aqui mudou completamente a minha vida, porque eu cresci e continuo a crescer muito aqui. Comecei a dar valor às coisas, a saber levar um “não”, a saber falar mais com as pessoas, a não me irritar tão facilmente, a controlar-me mais e a dar valor a quem realmente gosta de mim”. Acrescentou também que “estar aqui foi e tem sido uma prova para comigo mesma. Foi importante eu ter vindo parar aqui, pois aprendi muita coisa que levo comigo. Fiz novas amizades e conheci pessoas maravilhosas. Eu considero isto como uma segunda família, pois dão-me muito apoio, deram-me uma oportunidade de melhorar a minha vida e de abrir os olhos em relação a muitas coisas”.

Quanto ao futuro, a Bianca referiu que “quero sair daqui, mas estou preocupada com o momento da saída. Esta fase tem-me causado stresse, mas o que mais me preocupa é mesmo a minha ida. Sinto que as coisas estão a ser adiadas, o que faz com que eu crie filmes na minha cabeça”. Para além do objetivo de se desinstitucionalizar, a Bianca referiu que “pretendo juntar-me ao meu namorado, acabar o 12º ano, tirar a carta e comprar uma boa máquina fotográfica”. Concluiu referindo que “como um dia li, cada pessoa que passa na nossa vida é única, sempre deixa um pouco de si e leva um pouco de nós. Tenho um amor enorme por cada pessoa que está comigo na CAR e ela representa uma segunda família para mim”.

A **Fred**, em conversa intencional expôs que tinha 15 anos e que estava institucionalizada na CAR há pouco tempo, não sabendo precisar há quanto. No que toca às relações com os profissionais, a Fred mencionou que “ainda sigo que os estou a conhecer. Acho que ainda temos muito a conhecer uns dos outros, mas no geral, até agora, dou-me bem com todos. Alguns deles de vez em quando metem-me nervos, mas é normal... tento respeitá-los, mas sei que às vezes isso não acontece”. Relativamente às relações com as jovens, a jovem expôs que “sinto que aqui não tenho amigas. São apenas pessoas que dividem a casa comigo neste momento... isolo-me algumas vezes, porque elas não se identificam comigo e da minha parte eu não confio nelas. Acho que não vou conseguir levar amizades daqui de dentro”. Para além disso, ainda acrescentou que “apesar de estar aqui muito devido à minha mãe, sinto revolta por cá estar e acabo por descarregar nestas pessoas. Sei que faço muita coisa errada aqui, mas aqui ninguém é santo”. Ainda acrescentou que “na maioria das vezes mostro-me muito forte. Não gosto de chorar, mas acredita que é bem difícil para mim estar aqui e embora pareça que não me quero dar bem com eles, tudo o que faço de menos bom é para me sentir viva aqui dentro... apesar de eu saber que estou a criar muitas inimigas aqui dentro”.

Sobre a escola, a Fred apenas transmitiu que “eu até gosto da escola”. Relativamente às tarefas e dinâmicas institucionais, a Fred revelou que “há muitas coisas que temos de decorar e são muitas as tarefas que temos de realizar. Apesar de eu saber que isto nos ajuda, a verdade é que por vezes não me apetece fazer nada e não faço, o que depois se reflete na minha nota”. Quanto às assembleias da casa referiu que “tenho o hábito de ir perguntando aos educadores se acham que a minha semana correu bem, apesar de já saber a resposta...eu tenho consciência do que faço, só não sei é por vezes lidar com as consequências dos meus comportamentos”.

Quando questionada sobre os problemas da instituição referiu que “a falta de higiene é um problema muito comum; os comportamentos e conflitos entre nós; às vezes não nos conseguimos ouvir umas às outras nem estar no mesmo espaço de uma forma saudável; os profissionais muitas vezes não reconhecem as nossas boas atitudes; a sala de isolamento não tem as melhores condições e na minha opinião, há muitas regras”. Para além disso referiu como aspetos menos positivos “os horários da equipa técnica e os educadores estão sempre a mudar

nos turnos”. Como aspetos positivos aludiu que “gosto do facto de haver raparigas e rapazes na equipa dos educadores e o facto de terem idades diferentes”.

A Fred tinha como gostos e interesses pessoais “o desporto, basquetebol, surf, falar com pessoas e também gosto de fotografia”. Quanto ao futuro, a Fred verbalizou que “só penso em sair daqui e eu vou sair”, tendo escolhido a expressão “caminho longo” para expressar o que sentia relativamente ao seu percurso na CAR, tendo acrescentado que “mas sei que é um caminho longo que só depende de mim”.

Na conversa intencional, a **Gaiata** aludiu que tinha 17 anos e que estava na CAR desde 2017, sendo que acrescentou que já tinha estado noutra instituição, referindo que “nada foi igual, gosto mais de estar aqui...antes fugia muito porque sentia essa necessidade... agora aqui mesmo com estas regras todas, não sinto essa necessidade dentro de mim”. A nível relacional com os profissionais, a Gaiata referiu que “à medida que fui conhecendo fui-me dando com eles, mas gosto mais de uns do que outros... sinto que já tenho e mostro mais confianças neles... também acho que mostro que tenho mais carinho por eles, porque antes eu não dava nem pedia beijinhos nem abraços e agora sou capaz de o fazer”. Contudo, a Gaiata também reconheceu “às vezes não os respeito... eles costumam ser simpáticos, mas isso às vezes para nós não chega... eles tentam ajudar, mas por exemplo, não compreendo algumas atitudes deles, mas tento aceitar”. No que concerne às relações com as jovens, a Gaiata expôs que “são relações mesmo estranhas... às vezes dou-me bem com elas, outras vezes não tenho paciência, mas admito que às vezes nem um esforço faço”. Para além disso, esta jovem referiu que “às vezes começamos em tom de brincadeira a mandar bocas umas às outras, mas isso passa rápido a asneiras e insultos... nessas situações, para nós não importa que os educadores estejam a ouvir e não temos a noção das faltas de respeito... tu vais ver que não é por estares aqui que vamos deixar de dizer ou fazer... estás aqui para nos observar tal e qual como somos e para nos conhecer”.

Sobre a escola, a Gaiata referiu que “a minha relação com a escola nunca foi muito boa, mas a escola daqui é diferente...”. Todavia, a Gaiata acrescentou que “participo pouco nas aulas, às vezes adormeço durante as aulas e às vezes digo

mesmo aos professores que não tenho interesse na aula”. Relativamente às atividades que realizavam na instituição, a Gaiata referiu que “algumas até se fazem, outras são uma valente seca. Costumo gostar mais daquelas que tem a ver com trabalhos manuais”. Sobre as dinâmicas, aludiu que “não gosto da parte das limpezas, mas sei que é importante sabermos fazer isso”. Com as “assembleias da casa”, a Gaiata referiu que “fico em baixo com a maioria delas e fico nervosa”. Quando questionada acerca dos problemas da CAR, a Gaiata referiu que “a verdade é que acho que o maior problema somos mesmos nós... como nos portamos e como somos umas com as outras... os profissionais por vezes parecem não entender bem o porquê de termos alguns comportamentos e parece que só falam das nossas coisas más...”. Para além disso, acrescentou que “já há algum tempo que tento ter mais cuidado com a minha imagem, pois comecei a perceber que isso é importante tanto para nós como para os outros, mas acho que aqui há falta de higiene e falta de cuidado connosco próprias”.

Quanto aos seus gostos e interesses pessoais, a Gaiata expôs que “gosto de piercings e de fotografia. Quando temos direito à meia hora para irmos lá fora, gosto de ir caminhar pelas ruas daqui”. Para concluir, a Gaiata partilhou que inicialmente se demonstrava bastante resistente na participação do seu processo terapêutico, mas reconheceu que ao longo do tempo tem revelado melhorias, tendo referido que “sinto-me mais responsável”. Contudo, também expressou que “eu não quero passar para a 4ª fase... algumas vezes tiro más notas para atrasar, mas sei que isso terá de acontecer” e acrescentou que “às vezes quem me dera ser um camaleão, às vezes gostava de ter as capacidades que esse animal tem”. Quanto às perspetivas para o futuro, a Gaiata expôs que “gostava de tirar o curso de antes de entrar aqui estava a tirar o curso de assistente administrativa”.

Em conversa intencional, a **Larissa** referiu que tinha 17 anos e que estava institucionalizada nesta instituição desde maio de 2016. Acrescentou ainda que “sempre soube o que me trouxe até aqui, nunca me esconderam”. Esta jovem mencionou que “a minha entrada na instituição ao início foi fácil...entreguei-me de maneira fácil às pessoas que aqui estavam, mas ao longo do tempo foi piorando. Acho que foi a partir do momento em que contei à equipa técnica o que se passava comigo e depois disso tentei suicidar-me. Também sei que foi a

partir daí que os meus comportamentos começaram a ser piores”. A Larissa partilhou que já tinha estado noutras casas de acolhimento, tendo acrescentado que “vou ser sincera, não gosto muito desta... sei que nos faz bem, mas sinto que por vezes não é nada fácil, porque puxam muito por nós”.

A nível relacional com os profissionais, a Larissa referiu que “com alguns profissionais a minha relação é boa, mas com outros a relação é mais complicada e mais difícil de me relacionar”, tendo acrescentado que “sempre tive e tenho educadores mais próximos. Alguns deles são como uma família para mim, pois vejo neles o que nunca tive”. Para além disso, expressou que “sinto que já tivemos aqui profissionais que nos valorizavam mais... agora alguns valorizam, outros não... e mesmo os que valorizam penso que poderiam valorizar mais”. Referiu ainda que “muitas vezes sinto que tenho falta de atenção”, tendo acrescentado que “gostava que as outras pessoas estivessem disponíveis para mim da forma como tu estás”. Sobre as relações entre as jovens, a Larissa referiu que “às vezes não são boas umas para as outras, mas outras são como irmãs para mim”. Ademais, transmitiu que “às vezes chateio-me com elas, é cada uma com as suas manias. Ajudo-as sempre que posso e estou sempre aqui para elas. Mas acho que no geral o grupo às vezes é bom e outras vezes mau. Já estive com grupos que eram mais unidos e outros que eram mais separados”.

Acerca da escola, a Larissa referiu que “a escola daqui é boa, porque não fazemos nada basicamente e eu sempre gostei de todas as disciplinas”. Sobre a relação com os professores, esta jovem expressou que “a minha relação com os professores é boa”. Referindo-se às atividades, a Larissa referiu que “acho mais ao menos, não são boas nem más”. A Larissa não se pronunciou muito acerca de quais considerava ser os aspetos menos e mais positivos da instituição, tendo apenas referido que “há alguns aspetos bons e outros maus”. Contudo, a par disso, também referiu que “não fazia alterações nem mudanças. Apenas não gosto de algumas atitudes que as meninas têm. Não gostava de ter poder para mudar nada, porque por mais que não goste de estar aqui sei que isto é para o meu bem”.

Referiu que gostava de “fotografia, de comida, de praia e de estar à beira rio”. A Larissa ainda expôs que “as jovens não se preocupam muito umas com as outras nem consigo próprias e os profissionais deviam ver mais o que fazemos

bem”. Quanto ao seu futuro, a Larissa transmitiu que “é um dia de cada vez... não sei bem como vai ser, mas gostava de sair daqui”.

A **Lia**, em conversa intencional mencionou que tinha 17 anos, estando institucionalizado nesta instituição há mais de 2 anos. Referindo-se ao período inicial do acolhimento descreveu-o como tendo sido um período que se constituiu um “pesadelo. Estava habituada à vida louca, às noitadas seguidas, escolhia o que queria fazer da minha vida, ninguém tinha mão em mim... por isso, quando cheguei aqui foi como se me tivessem tirado tudo de repente e a minha opção foi não falar com ninguém e tentar fazer o modelo da casa o mais rápido possível para que quando chegasse à última fase poder fazer tudo o que queria. Nos primeiros 2 meses eu não falava com ninguém a não ser com um educador que se tornou a minha família de acolhimento e com uma jovem que passados estes três anos continua a ser a minha melhor amiga. O eu descobrir que tinha aqui pessoas que se importavam verdadeiramente comigo e com as quais eu poderia contar, foi um processo que foi muito lento e intenso dentro de mim. Agora já tenho a capacidade de ver esta casa e estas pessoas de maneira diferente, posso dizer que encontrei uma família e que todos eles estão a contribuir para a minha saída. Apesar de na minha opinião o modelo terapêutico da casa não ser o melhor e de haver muitas falhas de todas as partes existentes, nesta casa estou a ter uma grande experiência e agora consigo ver o que vivo aqui dentro de uma outra forma. Foi e tem sido difícil todo o meu percurso aqui dentro, até porque eu não tenho um feitio fácil, mas conseguirei atingir todos os patamares e superarei tanto as minhas expectativas como as de toda a gente”. Sobre as suas experiências de acolhimento, esta jovem transmitiu que “na outra instituição eu fazia o que queria, com ou sem autorização. As minhas consequências perante os meus comportamentos resumiam-se a limpar uma casa de banho ou a sala de convívio. Nunca fiquei sem telemóvel ou sem tabaco. Ao contrário desta CAR, ao ter as consequências dos meus atos, sendo elas justas ou não, aprendi a dar valor ao que tinha”. Acerca da sua perceção relativa a esta CAR, a Lia acrescentou que “acho que este colégio faz as pessoas encararem uma realidade diferente. No início mais paralela porque somos protegidas demais, mas afinal de contas faz-nos ter uma noção da realidade real porque temos a noção que se pisarmos o risco perdemos, mas se não o fizermos, também, sabemos que temos mais regalias e acabamos por ter uma noção de um valor,

dessa consciência, que precisamos para a nossa vida”. Relativamente ao que motivou a sua institucionalização, a Lia mencionou que “eu sempre soube o motivo da minha institucionalização, mas o meu processo sempre foi muito um segredo das outras pessoas para mim. Se calhar porque as pessoas pensavam que eu não me ia lembrar de algumas coisas e porque consideravam ser o melhor para mim, mas eu sempre soube de tudo. Há mais ao menos 1 ano atrás li o meu processo e compreendi o porquê de não mo quererem mostrar”. Porém, esta jovem referiu que “fui eu que pedi a minha institucionalização devido ao meu ambiente familiar e aí começaram a chegar processos e mais processos que me conduziram a esta instituição mais rígida” e acrescentou ainda que “eu sinto que as pessoas exageram relativamente aos aspetos que nos trazem aqui...o meu processo é só uma folha da minha vida. para mim é importante que hajam pessoas que estejam disponíveis para me conhecer a mim e à minha história através de mim e dos meus olhos, não estando focadas em meros processos”.

No que às relações com os profissionais diz respeito, a Lia mencionou que “só baixei a barreira com os profissionais a partir do meu segundo mês de acolhimento, mas tenho a perfeita noção de que sempre fui uma das meninas queridas da maior parte dos educadores”. Destacou que “sempre tive 5 educadores base, três dos quais neste momento já não estão na casa, o Vicente e a Sofia, uma vez que “sempre foram o meu chão na casa, o meu pilar. Nunca desistiram de mim mesmo quando eu não merecia que eles lutassem”. Para além disso, referiu que “nunca fui muito próxima das técnicas, mas os educadores representam para mim uma família. Foram exemplo para mim, quando a minha mãe não o conseguiu ser. Deram-me e continuam a dar-me a estabilidade que eu preciso”. Para além disso, a jovem desabafou que “aprendi a dar valor às coisas mais pequenas... sinto muita diferença quando o que recebo é uma coisa (mesmo que seja algo que quisesse há muito) ou quando o que recebo é um abraço ou um estou aqui para te ouvir, eu noto muito a diferença”. No que diz respeito à sua relação com as jovens, a Lia expôs que “a minha relação com o grupo nunca foi nada de especial. Dou-me relativamente bem com elas, mas na maior parte das vezes não dou confiança. Mas apesar de tudo, elas são as que estão a passar pela mesma situação que eu e são elas que fazem as mesmas rotinas que eu. Apesar das discussões elas são as “minhas irmãs mais novas”. Acrescentou ainda que “não acho que elas se preocupem muito umas com as

outras. Acho que é muito cada uma por si, cada uma à sua maneira quer estar no topo e se precisarem de passar por cima das outras para isso vão fazê-lo, o que não acho nada justo nem saudável. Entre nós acho que há amizades verdadeiras, mas muitas outras são falsas e interesseiras, não entendo bem o porquê, mas talvez ainda tenham muito a aprender do que é isto estar em relação com os outros”. Ainda relativamente às jovens transmitiu que “muitas vezes gostam de estar arranjadas e mostrar-se vaidosas, na minha opinião, para esconder muita coisa e se sentirem melhores. Porque na verdade não acho que elas tenham cuidado consigo”.

Sobre a escola, a Lia referiu que “acho que a escola aqui não é nada produtiva. A única aula em que trabalhamos é em matemática e natação, as outras eram para brincar e acho que brincar no 9º ano não nos dá as bases que necessitamos para prosseguir os estudos lá fora”. Mencionou que a sua disciplina favorita era natação, visto que “sempre tive uma vida ligada ao desporto e o que mais gosto de fazer é dançar” e referiu que “com os professores dou-me imensamente bem, temos relação de amizade mesmo sendo professor(a) e aluna”. Para além disso, reforçou que “a escola cá fora é muito diferente, quase fiquei no primeiro ano agora que comecei a escola porque não tinha bases, eu não sabia fazer um teste que não fosse de consulta”. Em relação ao plano de atividades transmitiu que as atividades “nem sempre têm em conta os nossos interesses. Várias vezes fazemos atividade das quais não gostamos. Todas damos essa opinião e mesmo assim até agora não houve forma de mudarem. Nunca senti que quem fazia o plano de atividades tivesse em conta os nossos gostos, muito pelo contrário, acho que, na maior parte das vezes, tinham mais a ver com os gostos de quem o fazia”. Quanto às dinâmicas e tarefas, na sua opinião, “no caso das limpezas acho que é uma coisa muito boa para nos estimular a um dia lá fora termos brio naquilo que fazemos, em nós e na nossa casa”. No que concerne às “assembleias da casa”, nas suas palavras, “nunca as vi muito bem. Acho que não têm muito sentido, visto que, na maioria das vezes, causam uma desordem nas jovens”.

Acerca da fase de autonomia referiu que “esta fase não é tão boa como as jovens pensam, os profissionais começam a exigir mais de nós, que a gente não falhe e recriminam bastante aquilo que fazemos... puxam por nós mais do que deviam e sinceramente a fase de autonomia não superou as minhas expectativas”. A Lia partilhou que “eu cheguei lá fora e já não me lembrava o

que era apanhar um autocarro”, tendo acrescentado que “nós chegamos lá fora e parece que estamos a conhecer o mundo. Estás a ver tipo um bebé quando está a conhecer o mundo, ele não gosta de pôr os pés na relva porque faz cócegas e basicamente é isso que sentimos quando estamos na última fase e dão-nos a possibilidade de irmos lá para fora”. Quando questionada sobre o que estava a ser trabalhado com ela para a fase da saída respondeu “nada. Absolutamente nada. A única coisa que eu vi que trabalharam comigo foi: a partir de hoje não te carregamos mais o passe, vais tu. Onde fica o trabalho a nível de nos ajudarem a tratar dos assuntos? Ao nível de nos dirigirmos às pessoas? Nós lá fora, para sobrevivermos, temos de estar em contacto com os outros e temos de saber estar de forma correta. Para mim a autonomia também envolve isso”. Quando questionada sobre o que é que desejaria mudar se tivesse uma varinha mágica, a Lia referiu que “em primeiro lugar tirava as notas na fase de autonomia e anulava as consequências pois acho que uma jovem da autonomia por uma coisa mínima ficar fechada na casa não tem sentido; dava mais privilégios, sendo que há muitas consequências e poucos privilégios...eles esquecem-se das coisas boas...por vezes dar uma palavra chegava; deixava as jovens terem opinião em relação às regras da casa, pois é sempre bom numa casa toda a gente ter opinião e deixava todas as jovens ir ao pátio, acompanhada por educadores nas fases mais iniciais”. Como aspetos positivos enumerou “temos bastante apoio na maioria das vezes e temos sempre ali um educador disposto a dar-nos a mão; somos preparadas, minimamente, para uma vida lá fora aprendendo a cozinhar, a lavar louça, a fazer limpezas e são-nos incutidos valores dos quais precisamos”.

Em relação ao contexto familiar, a Lia mencionou que “tenho a certeza de que mudou alguma coisa. Quando entrei aqui não tinha qualquer contacto com a minha mãe e aos poucos eles ajudaram-me, apesar de a relação nunca ter sido saudável, houve a oportunidade para fortalecê-la de alguma maneira”. Relativamente a si própria, a Lia aludiu que “vou ser sincera, acho que em mim não mudou nada... porque acho que as pessoas não mudam. Não temos um botão disto ou daquilo. Acho que simplesmente despertaram um lado meu que eu ainda não conhecia e ajudaram-me muito ao fazer isso, porque o lado que eu tinha dado a toda a gente nos últimos anos não me ia levar a lado nenhum, ou seja, estas pessoas ajudam-me a autoconhecer-me”.

Quanto à presença de estagiários na CAR, a Lia expressou que “acho muito bom para nós e para eles. Não tenho sempre a oportunidade de ter muito contacto com eles, quanto gostaria, por já me encontrar numa fase mais avançada, mas com os que tenho oportunidade de estar gosto deles. Sempre me dei muito bem. Acho que era bom para nós, pois vocês são mais novos com ideias de vida mais jovens e entendem-nos, por vezes, melhor. Normalmente, vocês para mim significam, numa palavra, amor. Costumo gostar muito de vos conhecer e espero que nos encontremos noutras circunstâncias da vida”.

Relativamente aos gostos e interesses pessoais, a Lia salientou que “adoro principalmente a dança, o desenho e a escrita, sendo que também gosto de trabalhar, de fotografia, ver roupa, assistir *netflix*, sair e estar com os meus amigos durante o dia. Amo mesmo ir à praia e ao rio principalmente à noite, pois ajuda-me a pensar”. Em referência ao futuro, a Lia expôs que “quando entrei na instituição perspectivava para o meu futuro algo bem diferente daquilo que perspetivo agora”. Referiu ainda que “eu não quero depender de ninguém... perspetivo morar sozinha, ser independente, trabalhar, estudar e ter as minhas saídas como é óbvio, mas com juízo e responsabilidade. Também quero dar um outro passo que tem a ver com o tirar a carta e comprar um carro baratinho”, tendo acrescentado que “sinto-me 1000 vezes melhor com esta perspetiva de futuro”. A Lia referiu que “eu gostei muito de estar aqui, aprendi muito, ajudaram-me muito nesta casa e agradeço a estas pessoas por tudo” embora, reconhecesse a necessidade de mudança, dizendo, “mas para mim já chega. Porque eu entrei aqui, mas entrei a saber que um dia ia sair e estou pronta para sair”. Para concluir disse que “estou a pensar numa expressão que melhor defina o que a CAR representa para mim... talvez não seja a mais apropriada, mas “como não falar de família se família é tudo o que temos?” e como já disse, a palavra que quero deixar é família, sem sombra de dúvidas. A instituição representou e é para mim e para a minha vida uma mudança de 180º, tive ajudas que foram incansáveis e estas pessoas também são responsáveis por eu perspetivar o meu futuro de uma forma mais bonita, onde eu não me vá magoar pelo menos de forma intencional. Estas pessoas fazem-me tão bem que nunca na vida irei conseguir agradecer de uma forma que seja suficiente”.

Na conversa intencional com a **Lili**, esta referiu que estava na CAR desde novembro de 2018, mas que já tinha estado numa comunidade terapêutica e segundo a mesma “a minha relação com os adultos de lá não era muito boa”. Sobre o seu processo de integração e sobre a sua entrada nesta instituição, a Lili partilhou que “foi difícil para mim e ainda é, porque me sinto presa...gostava que a minha mãe tivesse estado presente quando entrei aqui”. Para além disso, referiu que “no início eu estava muito no meu canto sossegada”.

A Lili acerca da relação com os profissionais referiu que “a minha relação com eles agora é boa. No início foi complicado, pois eu sou uma pessoa fechada e é preciso algum tempo para que eu consiga falar com as pessoas... por exemplo, tive de aprender a confiar na minha doutora e a perceber que ela era das pessoas com quem eu podia contar”. Para além disso, a Lili acrescentou “olhando para trás acho que os profissionais até são pacientes connosco”. Todavia, referiu ainda que, “mas agora, às vezes, sinto que os profissionais não compreendem o que sentimos”. Relativamente à sua relação com as jovens bem como à sua perceção sobre as mesmas, a Lili expôs que “tal como foi difícil e demorado com os profissionais, também com elas foi. Ao início não tinha afinidade com nenhuma delas. Sentia-me um pouco à parte delas, pois não estava habituada a este ambiente... aos gritos que se ouvem, às faltas de respeito e ao facto de não respeitarem o espaço umas das outras”. Ademais, referiu que “os insultos são muito frequentes aqui... já me aconteceu algumas vezes ter discussões acesas com algumas delas e tive de ser contida fisicamente. Por vezes sinto mesmo momentos de desespero aqui dentro e eles não me conhecem...nas outras instituições nunca me conseguiram acalmar, eu chego a um ponto e rebento a sério... sei que os comportamentos físicos violentos não são bons em nada, mas acontecem algumas vezes aqui por vários motivos”. Ainda sobre este assunto, a Lili referiu que “fui aprendendo e ainda continuo a aprender a conviver com elas... a falar e a estar nos mesmos espaços, mas sinto constantemente que algumas não se suportam... mas também posso dizer que já ajudei algumas delas aqui dentro e no início não achei que isso pudesse acontecer” e acrescentou que “às vezes sinto-me mais calma e tento muito não responder a provocações que às vezes são diárias e de minuto em minuto”.

No que concerne à escola, a Lili mencionou “eu nunca gostei da escola”. Porém, referiu ainda que “aqui somos obrigadas... quer dizer, não somos, mas

sabemos que é algo que valorizam muito e se optarmos por não ir fica na nossa consciência as escolhas que tomamos. Aqui comecei a gostar um pouco mais da escola... está a correr bem e acho fácil”. Sobre as atividades da CAR, a Lili aludiu que “de algumas gosto de outras não gosto nada”. Para a Lili, as dinâmicas da instituição eram “muitas, mas é claro o que temos de fazer... acho importante nós participarmos nelas”. Referindo-se às assembleias expôs que “acho que é dos momentos mais difíceis porque acaba sempre por ter notícias más para alguma ou para todas”. A Lili referiu alguns aspetos menos positivos da instituição, tendo mencionado que “acho injusto umas poderem sair e outras não... na minha opinião ao manter-nos aqui presas, pode haver o risco de quando formos lá para fora fazermos mais asneiras...”. Para além disso, também referiu que “não gosto de ter de partilhar o quarto...tenho sempre a minha parte do quarto arrumada, mas mesmo assim sinto que nunca está arrumado por causa da miúda que está comigo”. Quando questionada sobre os problemas e sobre o que gostava menos na CAR, a Lili referiu que “o que menos gosto é o excesso de regras; para mim o não fumar sempre que quero também é um problema, pois eu sempre senti que precisava de fumar para me acalmar e aqui temos momentos específicos para o fazer; tenho tido dificuldade em controlar-me muitas das vezes; também acho que as faltas de respeito, os maus comportamentos, as relações más entre nós, o nós, muitas vezes, não nos sentirmos confiantes, a falta de higiene, o nós não nos sabermos respeitar umas às outras e muitas vezes o não nos ajudarmos são problemas”.

A Lili quanto aos seus gostos e interesses pessoais referiu que “os meus gostos variam... depende do meu estado de espírito, mas gosto muito de estar com a minha família, gosto de fotografia, de dança e de falar com pessoas que me interessam”. Quanto ao futuro, a Lili referiu que “quero ver se saio daqui...” e mencionou que “estar aqui tem sido um desafio grande para mim e para a minha mãe principalmente”, tendo ainda acrescentado que era e que continuava a ser um desafio para ela envolver-se nas dinâmicas e desenvolver-se a nível pessoal e social. Para além disso, a Lili falou sobre a importância do sentimento de pertença, referindo que “por mais difícil que seja é importante que as pessoas se sintam bem ao pertencer a esta casa e acho que por vezes ainda não me sinto totalmente bem... vou aprendendo a estar e a gerir como consigo melhor”.

A **Luana**, em conversa intencional, expôs que tinha 15 anos e que estava institucionalizada na CAR desde o início do ano de 2018, tendo acrescentado que “em 2016 noutra instituição e adorava porque lá não prendiam quase nada e não tínhamos regras, por isso era altamente..., mas eu de lá fugia, mas fugia por prazer”. Referindo-se ao período de acolhimento, a Luana referiu que “foi muito difícil quando entrei para aqui, mas com o passar do tempo fui habituando-me às rotinas e às pessoas e passou a não ser assim tão mau. É muito exigente, mas gosto muito mais de estar aqui. Tudo é diferente, mas sinto que isto tem mais impacto em mim. Por outro lado, nunca deixou de ser mau, porque continuo a estar longe da minha família”. Para além disso, realçou que “sempre soube o motivo de eu ter vindo parar aqui...foi porque me baldava às aulas durante muito tempo e estava muitas vezes em fuga”.

Sobre a sua relação com os profissionais da CAR, a Luana aludiu que “a minha ligação com os profissionais é boa. Embora haja algumas mudanças de educadores, com o tempo fui conhecendo-os e fui confiando neles”. Dos profissionais que tivemos oportunidade de conhecer enquanto estivemos integrados na instituição, a Luana destacou a “Sofia”, nas palavras dela “fui-me apegando a todos de alguma maneira ou outra, mas a “Sofia” é das que mais me marcará para sempre”. Para além disso, era da opinião que “eles valorizam as jovens de alguma maneira, mas fico fura com as consequências e acho que por um lado a maior parte das jovens em determinados momentos dariam mais valor a algumas palavras ou atos de carinho invés de saídas ou chocolates”. Relativamente à relação que estabelecia com as jovens e a sua perceção acerca das mesmas, a Luana expôs que “bem, nunca confiei nas meninas. Até hoje falo com elas, mas ando sempre de olho aberto, por vários motivos”. Para além disso, acrescentou que “quando entrei aqui o grupo de jovens eram muito mais unidas. O grupo de agora são mesmo miudinhas e por não terem maturidade inventam coisas umas das outras, para se magoarem até, o que gera muitos problemas”.

A opinião da Luana em relação à escola e aos professores era muito clara, sendo que referiu “gosto bastante das aulas aqui e os professores são altamente connosco e acho que as aulas são bem claras”. Sobre as atividades, a Luana referiu que “costumo gostar da maior parte. Quando não gosto ou não participo costuma ser porque estou num dia mau”. Quanto às dinâmicas, referiu que “vejo as rotinas e as tarefas como aspetos muito importantes, tanto aqui dentro como

a pensar quando sairmos daqui. Acho que é bom termos essa responsabilidade e também nos faz sentir úteis”. Para a Luana, as “assembleias” da instituição eram “às vezes boas e outras vezes más. Eu fico muito nervosa e ao longo delas estou sempre a mexer-me. Não consigo estar quieta e é tudo por causa dos nervos”. A percepção da Luana relativamente à sua transição para a 4ª fase, denominada de “autonomia” era a de que “não sinto que fizeram comigo um trabalho de autonomia... uma das minhas maiores dificuldade foi o andar de autocarro, porque eu já não sabia mesmo o que era andar de autocarro... foi uma sensação estranha quando passei para esta fase, porque eu senti que nem as regras sabia”, tendo acrescentado que “fui falando com os educadores a perguntar para me esclarecerem sobre as novas regras, também para eu saber o que era esperado de mim nesta fase”. Para além disso, a Luana referiu que “pode parecer que lidei bem com a transição, mas não deixou de ser uma transição difícil”. Contudo, desabafou que “mas nunca me vou esquecer da assembleia em que me transmitiram que tinha passado para a última fase, pois significou muito para mim e ainda para mais foi a educadora “Sofia” que me disse em voz alta “parabéns, passaste para a 4ª fase” e acrescentou que “já a reação das jovens não foi assim muito boa... algumas bateram palmas, mas outras diziam-me “só espero que não te percas”, mas eu respondi-lhes para não se preocuparem que eu sabia bem o caminho... mas isso magoa, essas atitudes magoam. Às vezes as palavras atingem mais que estalos, não é que elas signifiquem muito para mim, mas passamos muito tempo juntas e era mais fácil se nos dessemos bem e se nos respeitássemos”. A Luana ainda referiu como problemas “o nosso mau comportamento; os nossos conflitos; o não se preocuparem com a higiene e com a imagem; o não se falar sobre questões como a higiene; e o facto de não termos espaço para falar sobre situações que nos preocupem ou situações sobre o mundo”.

Em relação aos seus gostos pessoais e interesses, a Luana expôs que “gosto muito da parte artística, adoro dançar, muitos estilos, gosto de fotografia, gosto de debater e refletir sobre assuntos e gosto de estar com a minha família e com os meus amigos”. Para concluir, a Luana referiu que “eu gosto de estar aqui como já disse, pois aprendo muito para a minha vida. Para mim não é tudo perfeito aqui, mas para mim isto surgiu como uma oportunidade de aprendizagem a vários níveis. Aprendi a viver numa casa assim e a aceitar esta

fase da minha vida como uma fase que não está a ser assim tão má... é mais fácil se fizermos um esforço para compreender até que ponto isto pode ser bom para nós e para os que nos rodeiam”.

Em conversa intencional, a **Neuza** aludiu que tinha 17 anos e que estava na CAR desde os 12. Recordando os momentos iniciais do acolhimento, a Neuza referiu que “eu tinha muito medo...era muito nova e estava assustada por não conhecer ninguém”, tendo acrescentado que “alguns educadores acompanham-me desde o início... agora gosto de estar aqui... já estou habituada”. Para além disso, expôs que “nunca me esquecerei do educador que me abriu aquela porta, das doutoras que me receberam no primeiro dia, nem dos educadores que estavam de turno”. Acerca da relação com os profissionais, esta jovem transmitiu que “algumas relações são boas, outra nem por isso... e também depende dos dias”. Falando sobre a sua técnica gestora de caso, a jovem partilhou que “a minha doutora não foi sempre esta, já tive outra doutora...também gosto desta, mas com a outra a minha ligação era mais forte”. Para além disso, expressou que “até hoje só foram 4 os educadores que me conseguiam transmitir calma quando eu tinha momentos menos bons”, referindo que nenhum desses profissionais se encontrava na altura a exercer as funções na instituição. Sobre a relação com as jovens, a Neuza referiu que “não gosto nada de algumas. Com outras até me dou bem. Costumo dizer muitas vezes “gosto muito de ti” às que gosto e tento ajudá-las como posso”.

Relativamente à escola, a Neuza referiu que tinha aulas no exterior, dizendo que “até gosto da escola...”. Contudo, partilhou que fugia algumas vezes, tendo acrescentado que “só fugi por causa da minha amiga”, referindo-se a uma colega da escola. Para a Neuza, algumas atividades eram “interessantes, mas adormeço muitas vezes”. Para além disso, referiu que “não gosto muito da parte das limpezas, mas às vezes peço para fazer algumas tarefas, como lavar a loiça”. Ainda acrescentou que “tenho dificuldade em arrumar o meu quarto, em limpar, em dobrar, em escolher a minha roupa e em fazer a cama”. A jovem enumerou alguns aspetos menos positivos da CAR, sendo eles “as discussões sobre as roupas; as palavras feias que dizemos e quando nos batemos; às vezes queria ter uma pessoa com quem pudesse falar mais para contar sobre os meus dias”. A Neuza ainda reconheceu que “às vezes sou muito mal-educada com os

educadores, mas não sou só eu, as outras também”. Sobre as “assembleias da casa” expôs que “como tenho aulas lá fora, quando chego a assembleia já foi...um educador costuma ler para mim. Mas quando chego às vezes vejo-as a chorar, tristes ou chateadas”. Sobre a presença dos estagiários, a Neuza expressou que “gosto deles, são todos diferentes e fazem com que tenhamos momentos diferentes”.

No que concerne aos gostos pessoais, a Neuza evidenciou o seu gosto pelos “cabelos compridos e pelas unhas grandes”, acrescentando também que “gosto de falar, gosto de pizza, de ter roupa nova, de fotografia, de cavalos, de música e dançar...também gosto de dar abraços e de apertar as pessoas”. Para finalizar, a Neuza salientou que “pode não parecer, mas eu mudei muito. As pessoas daqui sabem. Já sou uma mulher e sei que daqui vou para outra casa, mas o que mais gostava era de ir para a minha zona, para estar mais próxima da minha família”, tendo acrescentado que “sei que estar aqui uma oportunidade muito boa”.

Na conversa intencional, a **Núria** referiu que tinha 17 anos e que estava na CAR desde fevereiro de 2018, acrescentado que “desde 2002 que estou em instituições... passei por mais duas antes de vir para aqui”. Sobre a sua entrada na CAR, a Núria referiu que “senti-me estranha e parecia que tinha a consciência que iria ter de passar aqui uma eternidade. Sabes, entrar aqui é estar rodeada de pessoas desconhecidas... é sentires que não és mais importante que as outras... aqui todos parecem opinar sobre ti e sobre a tua vida, e por mais que te vás apercebendo que o que fazem é para o teu melhor, por vezes, o que sentes mesmo é que não és assim tão especial, não sei bem explicar... no início foi muito complicado, apesar de me demonstrar sempre forte e arrogante, foram tempos em que me senti um peixinho fora de água e dentro de mim viviam sentimentos feios. Como costumo dizer, foi tudo uma questão de adaptação, mas uma adaptação que até hoje ainda dura e que até hoje me provoca diferentes sentimentos”.

No que concerne às relações com os profissionais, a Núria expressou que “na verdade é uma relação muito instável. Consigo ter momentos de carinho com eles como momentos de grande revolta e conflitos. Na maior parte das vezes, quando estou chateada e nervosa, tenho dificuldade em continuar o meu discurso e o que acabo por fazer é insultar os profissionais, mas há educadores

que me conseguem acalmar e depois de eu estar melhor eu consigo perceber o quão fui injusta e sinto culpa, porque acabo por refletir nas minhas atitudes. Posso dizer que os profissionais tanto me tiram do sério como sei que são das melhores pessoas que eu poderia ter neste momento”. A Núria também transmitiu que “às vezes sinto que até alguns profissionais têm medo de mim...e também sinto que eles têm alguma dificuldade em impor-me limites”. Para além disso, esta jovem expôs também que “às vezes sinto que sou aliada dos profissionais, ajudando-os em algumas situações... por exemplo, muitas vezes, sou eu que, perante o barulho que elas fazem, as mando calar e peço que respeitem as atividades e os educadores”. A nível relacional com as jovens, pelas partilhas da jovem, percebeu-se que as relações que estabelecia com outras jovens estavam delimitadas pela momentaneidade das situações, sendo que a Núria expôs que “as minhas relações com elas depende muito... algumas vezes as relações são de amizade, mas outras vezes, considero-as apenas colegas”. Todavia, a Núria destacou que “tenho um carinho especial pela “Luana”, é capaz de ser aquela que defendo mais e com quem mais me preocupo”.

Em relação às atividades, a Núria expôs que “sinto que às vezes se fazem só por fazer. Até porque acho que para a boa realização de algumas, necessitaríamos de mais tempo”. Ainda acrescentou que “quando tenho interesse nas atividades participo bem, mas quando sou contrariada ou me fazem perguntas eu às vezes recuso-me a participar dessa maneira e por vezes, falo agressivamente para as pessoas”. Sobre as dinâmicas, esta jovem considerava-as “importantes e normalmente gosto de me voluntariar”. Relativamente às “assembleias da casa”, a Núria referiu que “acho que o ambiente vivido nesse momento é sempre de ansiedade, mesmo para aquelas jovens que têm a certeza que irão ouvir coisas boas. Nas assembleias é possível ver a nossa ansiedade de várias formas, ou na nossa postura das pernas, das mãos, ou na forma de estarmos sentadas ou ainda na nossa maneira de falar”. Para além disso, a Núria referiu que “por vezes, tenho bem a consciência das minhas semanas e o quanto determinadas atitudes e comportamentos me vão prejudicar e contar para a minha nota, mas costumo sempre perguntar aos educadores como é que eles acham que me correu a semana... quando começaram a pedir às jovens da 4ª fase para fazermos a nossa autoavaliação, eu sou das poucas que até hoje, consigo fazer uma reflexão justa e correta das

minhas semanas...trago aspetos iguais aos que os profissionais discutem nas reuniões e eles próprios me dizem que eu reflito muito bem. Eu sinto que fazer essa autoavaliação me ajuda a pensar nas minhas atitudes e tomo isso como uma tarefa muito séria”. Debruçando-se sobre a atitude das jovens nas “assembleias da casa”, a Núria expressou que “às vezes não prestamos atenção ao que é dito e apenas queremos saber a parte final que é a nota. Outras vezes não entendemos o porquê de tirar determinada nota e é surpresa para nós. Algumas vezes achamos que só aparecem as coisas más nas nossas notas”.

Acerca do que considerava que trabalhavam com as jovens com vista à autonomia delas, a Núria referiu que “sinto que a fase de autonomia não é bem trabalhada. Para não falar que a acho que a autonomia não é só ao nível da cozinha ou da roupa... também tem a ver com o sermos capazes de fazer escolhas, pensar sobre o que fazemos e sobre como estamos com os outros... por isso, é que também acho que era importante termos espaço para falar sobre outras coisas, que não sobre as regras ou funcionamento da casa. Isso é importante, mas não chega”. Quando questionada sobre os problemas na instituição, a Núria mencionou que “quando eles mudam as regras e depois dizem-nos, às vezes a minha opinião é a de que isto às vezes parece pior que uma cadeia... por exemplo, não percebo porque é que não podemos entrar sempre que quisermos na cozinha”. Para além disso, expôs que “muitas vezes não respeitam o silêncio noturno e isso para mim é grave, pois algumas de nós querem descansar; as meninas não têm muito cuidado consigo próprias; não temos um espaço onde podemos discutir e falar sobre outras situações; não concordo com as mudanças de quartos que fazem por vezes...por vezes sinto que os profissionais fazem isso já quando algumas jovens se sentem estáveis e ambientadas ao quarto e com a colega com quem partilhamos o quarto... é difícil para nós conviver e estar com a maior parte destas miúdas, mas às vezes até conseguimos criar alguma afinidade e quando nos tiram isso... é normal que dê conflitos. Quando anunciam mudança de quartos e de pisos, a maior parte de nós costuma reagir muito mal. Falamos muito alto, fazemos troca de palavras muito feias... apesar de eles nos dizerem que quando fazem isso é para o nosso bem e até dão justificação, para nós isso é sentido como um frente a frente e acaba por ser motivo para rebentarmos. Parece que por vezes não entendem o

impacto que determinada escolha ou consequência pode ter em nós e esquecem-se, muitas vezes, como já disse, de nos dizer os nossos pontos bons”.

Relativamente a gostos e interesses, a Núria salientou que “gosto de costurar, gosto da área da cozinha e de cabeleireiro, gosto de fotografia e gosto de boas conversas”. Para concluir, a Núria referiu que “já estou na última fase e era o que eu queria. Foi um alívio chegar aqui... tinha medo do que ia encontrar lá fora e sei que lá fora tenho de aprender tudo de novo, mas sinto-me mais realizada. Porque tenho na minha cabeça que estou mais capaz de enfrentar o mundo e sinto-me com alguma força e orgulho”. A Núria transmitiu que “penso ir viver sozinha, pois o meu pai está preso e a minha tia não tem obrigação de tomar conta de mim nem de ser penalizada se alguma coisa correr mal...”. Para além dessa perspetiva de futuro, a Núria referiu que “quero arranjar um trabalho para ver se consigo tirar a carta de condução”. Terminou dizendo que “para mim esta casa, acima de tudo, é uma casa de relações... boas, más e desafiantes. Estas paredes são uma casa, onde eu tenho aprendido muito sobre mim e sobre os outros”.

A **Onika**, em conversa intencional, afirmou que tinha 17 anos e que estava institucionalizada na CAR há sensivelmente 2 anos. Segundo esta jovem, sabia do seu motivo de institucionalização, tendo referido que “faltava às aulas e faltavam-me regras em casa”. Referiu ainda que “já estive noutra instituição, mas não gostei. Gostei e tenho gostado mais da experiência desta CAR. Entrar numa instituição nunca é fácil... mas a minha integração foi relativamente fácil, pois eu conhecia uma das jovens que estava aqui que na altura me dava muito bem, mas a nossa relação foi piorando bastante aqui dentro”. Para além disso, a Onika expôs que “desde o início que faço a minha vida ou como gosto de lhe chamar, o meu jogo! Soube escolher em quem devia confiar e em quem não devia. E assim, a minha integração foi crescendo à medida do tempo. Como aqui vivemos com muitas pessoas e vemos todos os dias as mesmas caras, parece que só isso, às vezes, já irrita. Por isso, aqui não faltam conflitos..., mas eu por um lado, só me preocupava em passar de fase, isso sim era música para os meus ouvidos. Estou agora na 4ª fase e só não quero perder pontos. Esta fase para mim é liberdade total”.

A nível relacional, a Onika referiu que “a minha relação com os profissionais no geral é estável e sempre tratável a nível do respeito e de educação. Tenho mais confiança com um ou dois, mas não tenho o nível de confiança para contar o que sinto... sempre fui pouco transparente com a equipa daqui”. Acrescentou ainda que “penso que os profissionais valorizam as jovens..., mas por vezes a valorização que nos dão não é a que mais gostamos ou a que mais precisamos em determinado momento”. No que concerne às relações com as jovens, a Onika mencionou que “as minhas relações com elas sempre foram mais ao menos estáveis. Às vezes existe um bate boca, mas passado 5 minutos as coisas compõem-se..., mas vejo-as como um grupo de malucas, cada uma com as suas pancas. Sempre vi estas miúdas como falsas...num momento podem ser amigas e cuidadoras, mas no fim dá conflito”. Para além disso, expressou que “achava o outro grupo mais estável do que este. Tínhamos os mesmos problemas e era por isso que combinávamos tanto”. A Onika considerou que “sempre fui uma miúda que parece que tem um cargo maior, por me chamarem de rainha, por meter respeito desde o início ao fim e postura de mulher. Sou assim, mas as miúdas admiram-me na mesma, pois pedem-me conselhos. Se me contam algo eu sei guardar segredo e isso é valorizado por elas”. Acrescentou também que “eu em grupo aqui dentro sou uma pessoa arrogante e por vezes fria nas palavras, mas eu sempre fui assim, porque quando era boa demais elas abusavam de mim e eu não queria abusos, mas sim respeito total”.

Sobre a escola no interior da instituição, a Onika transmitiu que “uma aula passava bem depressa. A minha disciplina favorita era o inglês porque tinha vezes que a professora fazia a aula oralmente e então eu sentava-me perto dela a ter um diálogo normal e porreiro”, tendo acrescentado que “agora que faço escola normal, ao início senti bastante a diferença, mas sem dificuldades, o importante é estudar. Sempre tive e tenho uma relação bastante boa com os professores todos”. Relativamente ao plano de atividades, a Onika expressou que “nunca achei muita piada às atividades... a única coisa que gosto é o facto de sabermos o que vamos fazer no dia. De resto, algumas atividades são sem nexos e acho que são uma forma de passar o tempo”. Sobre as dinâmicas da casa realçou o facto de “temos de limpar. Se todas nós vivemos nesta casa e fazemos as nossas coisas aqui todos os dias, a casa também precisa de ser limpa”. O dia das “assembleias da casa”, para a Onika representava “um dia de náuseas, de

ansiedade, de raiva, de nervosismo e tudo e mais alguma coisa que mexe connosco. Elas são importantes, mas desgastantes. Choros e berros não faltam e elementos a sair também. Porém, quando chega a minha vez e é bom, sou capaz de sentir as nuvens do céu a passar”. Acerca da fase de autonomia referiu que “para mim é a parte onde toda a gente quer chegar, é quando tu ganhas orgulho em ti própria. A fase de liberdade, acima de tudo. Sinceramente, aqui não trabalham assim muito comigo a parte da autonomia, pois o objetivo sempre foi eu ir para casa... posso ter ido uma vez ou outra para a cozinha..., mas considero realmente que há coisas acerca da autonomia que deveriam trabalhar mais connosco, a nível pessoal e também social”. Quando questionada acerca dos problemas da CAR, a Onika demonstrou que não concordava com algumas normas, como por exemplo “quando sobra comida, invés de deitarem fora ou dar a animais, podiam deixar-nos repetir mais vezes”. Para além disso, referiu que “acho que era importante trabalharem connosco a parte da imagem. Algumas de nós fogem do banho até... isso é algo que pode interferir seriamente na nossa vida lá fora; as questões da sexualidade são pouco faladas; e as relações entre as jovens, creio que será sempre um assunto que não poderá deixar de ser trabalhado, pois todas nós temos de ter a capacidade de pensar nas outras, de as ouvir e de estar com elas, respeitando-as, mesmo que não simpatizemos muito com alguma delas. Porque lá fora nós vamos encontrar pessoas que não gostamos assim tanto e também vamos ter de as saber respeitar”. Sobre a existência de estagiários na instituição, a Onika referiu que “na verdade nunca liguei muito a essa parte, mas acho de facto relevante, porque vocês tentam sempre ajudar como podem. Sempre tive uma boa relação com os estagiários. No intervalo de manhã falar com eles é como se fosse uma rotina que é muito importante e boa para mim”.

Relativamente aos seus gostos e interesses, a Onika mencionou que “gosto de tatuagens e de fotografia. Também tenho muito interesse em continuar os estudos na área de turismo e gostava de conseguir adquirir um cargo como hospedeira de bordo”. A Onika partilhou que “esta instituição mudou-me bastante, começando logo pela forma de pensar. Isso acontece com as fases da vida, mas sinto-me mais madura e vejo-me com outro pensamento para a vida. Ela tem representado uma parte da minha vida intensa, são quase 2 anos aqui e isso deixa marca”. Para além disso, expôs que “eu costumo marcar no meu corpo

com tatuagens o que tem significado para mim... esta história que vivi e ainda me encontro a viver aqui representa para mim uma história de tristeza, sorrisos e, sobretudo, conquistas. Quando entrei na CAR via as regras da casa como um jogo, onde fui atingindo os pontos até subir até aqui, ao nível que é desejado por todas. Quando cheguei a esta fase tatuei uma coroa no dedo que significa “eu consegui, eu sou a vencedora do meu próprio jogo” e a partir de aí, até hoje, toda a equipa e inclusive algumas meninas me chamam de rainha”. Ainda referiu que “estar aqui também mudou as minhas atitudes ao longo do tempo. Ajudou-me a achar o difícil fácil e o fácil afinal é que é o mais difícil”. Em referência ao futuro, a Onika expôs que “quero ir para casa e terminar o 12º ano no curso em que estou e que sempre gostei. Apesar de a minha paixão pela medicina ser uma coisa de outro mundo”.

Em conversa intencional, a **Pipoca Mendes** expôs que tinha 15 anos e que estava acolhida na CAR desde janeiro de 2018. Embora, nas palavras dela “desde 2016 que estou institucionalizada. Antes estive noutros colégios que supostamente eram mais abertos, mas foi neste que eu consegui aprender muitas coisas”. Para além disso, referiu que soube o que motivou às suas institucionalizações e recordando os períodos iniciais do acolhimento nesta instituição acrescentou que “inicialmente foi um bocado difícil e pensei mesmo que não me ia habituar, principalmente por estar mais longe da minha família, o que representou para mim aprender, de alguma forma, a viver sem a minha família, mas depois até que me fui apercebendo que não era assim tão mau”.

No que toca às relações com os profissionais, a Pipoca Mendes mencionou que “no início não gostei de alguns profissionais, mas depois fui dando conta que eles só são assim para o nosso bem”. Ainda sobre os profissionais, esta jovem aludiu que “acho que tentam valorizar-nos no sentido de que algumas atividades que propõe são para nos mostrar que somos capazes, mas por exemplo, eu muitas vezes voluntario-me para fazer tarefas e não vejo qualquer valorização por parte de alguns deles. Percebo que possam estar cansados..., mas para nós isso é mesmo importante”. Sobre as relações com as jovens, aludiu que “foi difícil aproximar-me delas...ainda tive muito tempo sem me aproximar delas porque algumas não são amigas verdadeiras, mas depois comecei a dar conta que nem todas eram assim e que eu poderia dar-me bem com algumas...”.

Para além disso, referiu que “o melhor grupo para mim foi o de 2018 porque nós éramos mais unidas e podíamos confiar mais umas nas outras”, tendo referido que “as de agora não sentem muita confiança umas nas outras e quando se chateiam a sério é como se fossem as maiores inimigas do mundo”.

Em relação à escola, esta jovem partilhou que “na verdade eu nunca fui muito de gostar da escola daqui, porque não me dá muito interesse. Eu gosto de coisas novas e aqui é sempre a mesma matéria. Não fazemos coisas como se estivéssemos lá fora a frequentes estes mesmos anos”. Relativamente às atividades da casa, a Pipoca Mendes salientou que “o plano de atividades tem até atividades divertidas, mas há outras que são mesmo chatas e uma pessoa fica zangada porque não quer ter aquela atividade”. Para além das atividades, referiu que “acho as dinâmicas da casa boas. Quando tivermos a nossa própria casa já saberemos como arrumar”. Para a Pipoca Mendes, as “assembleias da casa” eram “um bom sítio para ajudar nas discussões da casa, mas por outro lado é capaz de ser o momento que mais deixa as meninas nervosas. Para não falar nos comportamentos e emoções diferentes que as assembleias causam, pois normalmente há sempre muito choro, gritos e faltas de respeito”. Debruçando-se acerca da fase da autonomia, a Pipoca Mendes mencionou que “acho que os profissionais por vezes são injustos...porque as jovens que estiveram cá antes faziam muitas asneiras e várias coisas lhes foram retiradas, podiam experimentar com as novas jovens como é que as coisas funcionavam, pois nem todas são iguais”. Quando questionada sobre os aspetos menos positivos existentes, esta jovem referiu-se sobretudo a problemas relacionados com as jovens, tendo referido que “a maior parte de nós não quer saber do seu cuidado pessoal, sendo que isso está relacionado com muitos aspetos; não gosto e muitas das vezes não me identifico com o comportamento que elas têm; muitas delas não têm consciência de muita coisa e não sabem pensar nas outras pessoas”. Relativo aos profissionais salientou o facto de “por vezes não nos reconhecem pelas coisas boas, focam-se muito no que fazemos mal e dão-nos consequências por isso”. Em relação à casa referiu o facto de “existem muitas regras e a sala do time out não tem, para mim, as melhores condições”. Sobre a existência dos estagiários referiu que “eu adoro quando chegam estagiários, mas por outro lado odeio... vou ser sincera porque simplesmente tiram-nos de casa, que é a coisa mais importante para nós, depois já estamos tristes, mas apegamo-

nos a vocês e depois, mais tarde ou mais cedo, vão embora e isso também nos deixa muito tristes, porque sentimos que já não vamos ter mais o vosso apoio”.

Sobre os seus gostos e interesses pessoais, a Pipoca Mendes transmitiu que “gosto de mudar de visual, principalmente o meu cabelo, gosto de fotografia, conviver, estar com pessoas e ajudar as pessoas que me rodeiam”. Para a Pipoca Mendes, estar na CAR, representava “conhecer pessoas espetaculares, divertidas...a não ficar triste com pouco e a ver que há pessoas com problemas maiores que os meus e que por vezes nós podemos ajudar”. Ainda acrescentou que “estar aqui fez-me abrir os olhos porque consegui perceber que a vida não é só injusta para nós”. Referiu ainda que o seu percurso na instituição nem sempre foi linear, tendo referido que “se algumas vezes fui a menina perfeita, noutras alturas senti-me muito triste, desamparada e desmotivada. O estar desmotivada aqui dentro representa o estar desmotivada na e para a escola, que é uma das dimensões que eles mais valorizam e ainda estar desmotivada para me relacionar com as outras pessoas, que no fundo somos sempre como que sujeitas a isso. Mesmo que evitemos, estaremos sempre em contacto com as jovens e com os profissionais. Mas a verdade é que já passei por imensas fases aqui dentro. Por vezes afasto-me das colegas e prefiro estar no meu canto”. No que ao futuro diz respeito, a Pipoca Mendes mencionou que “quero muito sair daqui e farei um esforço para sair o mais depressa possível, mas também sei que isso não depende só de mim...quero muito ir para junto do meu pai, da minha mana e da minha madrastra. Apesar de gostar muito da minha mãe, não é possível, neste momento ficar com ela uma vez que está presa. Mas eu mantenho contacto regulares com ela”. Para além disso, referiu que “quero acabar o 12º ano e gostava de ir para a faculdade...gostava de me tornar militar veterinária”. A Pipoca Mendes concluiu referindo que “esta casa para mim é única porque me tem ajudado em muita coisa que outras não ajudavam e porque a sinto como acolhedora. No fundo, tanto os profissionais como as jovens, assim como todas as pessoas no mundo, têm uma pessoa dentro delas muito especial, mas que por vezes está guardada às chaves e outras vezes não lhes é dada a oportunidade de mostrar o que valem. Por isso, para mim a casa é única, não há igual e as pessoas conseguem ser únicas também”.

A **Sacaninha**, em conversa intencional, referiu que tinha 15 anos e que já tinha estado noutra instituição antes de entrar para a CAR. A Sacaninha ainda expôs que “sei porque estou institucionalizada e sei quando é que os meus problemas começaram”. Debruçando-se sobre o momento de acolhimento e sobre o seu processo de integração, a Sacaninha referiu que “foi complicado. Custava-me muito adormecer, pois pensava muito, vinham-me muitos pensamentos e porque eu estava habituada a dormir acompanhada... por isso, foi difícil para mim. Tive de aprender as normas e as rotinas todas que, muitas das vezes, não existiam para mim”. Para além disso, a Sacaninha referiu que “eu venho de sítios onde a minha liberdade não tinha limites e as regras era eu praticamente que as fazia, por isso, entrar aqui gerou em mim muitos sentimentos”, referindo que se por um lado lhe foi imposto conjunto de regras e rotinas diferentes daquelas a que estava habituada, por outro “também não via em quê que isto poderia ser bom para mim...”. Todavia, segundo esta jovem “ao longo do tempo tenho tentado melhorar a minha atitude aqui dentro”.

No que toca à sua perceção sobre os profissionais e sobre a sua relação com os mesmos, a Sacaninha mencionou que “posso dizer que no início senti que fui recebida de braços abertos e não tiveram problemas em ajudar-me naquilo que eu precisava. É claro que tenho as minhas preferências, mas vejo-os a todos como pessoas que para além de nos ajudar nas coisas, também são capazes de nos dar carinho e atenção... que é algo que às vezes achamos que não precisamos, mas precisamos sempre e quando temos isso sentimo-nos melhor. No fundo, eles acompanham-nos e estão presentes nos diferentes momentos das nossas vidas, nos momentos de alegria, tristeza, de sucessos e de falhas”. Todavia, a Sacaninha aludiu que “sinto que às vezes eles são poucos para nos ajudar... parece que faltam educadores para dar conta de nós”, tendo acrescentado que “acho que eles fazem um esforço para nos elogiar, mas às vezes parece que se esquecem dos nossos momentos bons”. No que concerne à sua perceção sobre as jovens e sobre a sua relação com elas, a Sacaninha transmitiu que “quando eu entrei conhecia algumas delas de vista... sou cordial com elas, mas existem muitos conflitos entre nós. Parece que há sempre uma espécie de rivalidade entre nós que é criado por todas de alguma maneira”. A Sacaninha referindo-se a alguns comportamentos praticados por elas, expôs que “chamamos nomes umas às outras, estragamos coisas umas das outras, há

violência física e verbal, assustamo-nos umas às outras, puxamos os cabelos, as orelhas...”. Porém, também referiu que “por outro lado, em alguns momentos há relações de compreensão e partilha do que sentimos”, tendo acrescentado que “partilho algumas vezes o que sinto com outras jovens, falo de preocupações relativas a vários assuntos meus e outras vezes também sou uma boa conselheira”. Apesar disso, a Sacaninha salientou que “uma das coisas mais claras é que as nossas relações não são assim boas no geral”, reiterando que, o relacionamento pouco positivo entre elas era visível pela forma como se dirigiam umas às outras, demonstrando atitudes agressivas entre si e recorrendo a linguagem imprópria.

Em relação à escola, a Sacaninha salientou que não gostava da escola e “não gosto do que ensinavam”, tendo acrescentado que “eu andava no 7º ano”. Referindo-se à escola da CAR referiu que “gosto mais do que a de lá de fora, mas mesmo assim não é coisa que goste”. Para além disso, a Sacaninha expôs que “mas sei que os professores têm o objetivo de fazer com nós tenhamos interesse, mas muitas vezes não conseguem e eu às vezes até tenho pena deles... porque eles ajudam, mas aqui nas aulas há comportamentos maus e muita desatenção nas aulas”. Sobre as atividades da instituição, a Sacaninha salientou que “às vezes temos de fazer atividades que não gosto, mas eu sei que haverão sempre atividades que não são do agrado de todas, porque somos muitas e é difícil agradar a todas”. Relativamente às dinâmicas da casa, a Sacaninha referiu que “temos rotinas e horários estipulados para tudo... acho que é como se fosse numa família normal... por exemplo, temos horas para acordar, deitar, fazer as refeições, estar nas aulas ou para fazermos algo que gostamos”. Para além disso, esta jovem também expressou que “as tarefas domésticas também fazem parte do nosso dia a dia. Todas somos responsáveis por colocar a nossa roupa para levar e a limpeza dos quartos é da responsabilidade das jovens que lá dormem, mas as tarefas também são divididas entre nós. Por exemplo, a limpeza dos espaços comuns e o colocar a mesa fazemos todas, vai rodando, para não serem sempre as mesmas e isso é bom para todas aprendermos a fazer um pouco de tudo”. Nesse seguimento, esta jovem partilhou ainda que “essas tarefas costumam ser supervisionadas pelos educadores que apontam na nossa nota como estivemos e nos ajudam a melhorar, ensinam-nos quando não fazemos muito bem”. Em relação às assembleias, esta jovem referiu que “para mim o pior

e o melhor momento da semana... à sexta fico sempre nervosa. Não gosto quando não respeitam a vez das outras ouvirem as suas notas”. Para além disso, a Sacaninha aludiu que “nas assembleias é também quando sabemos das mudanças de regras e horários... nós nesses momentos às vezes não temos capacidade de controlo e reagimos de forma agressiva e sem pensar, porque as mudanças cansam e obrigam-nos a novas adaptações”, acrescentando que “a verdade é que nós não participamos muito bem na definição das regras, mas acho que eles até procuram discussões e reflexões conjuntas, mesmo sabendo que por vezes não são momentos propriamente fáceis, pois nós reagimos todas de maneira diferente”. Quando questionada sobre o que alteraria na instituição, a Sacaninha mencionou que “discordo e tenho dificuldade em aceitar algumas regras e rotinas... acho que as visitas podiam não ser supervisionadas; acho que podíamos ter sempre acesso ao nosso telemóvel e acho que devíamos poder ir ao pátio sempre que quiséssemos ou sentíssemos necessidade”. Para além disso, esta jovem expôs que “há entre nós falta de higiene, cuidado e preocupação, algumas não sabem vestir-se de forma adequada; algumas fogem do banho, não querem lavar os dentes ou as mãos antes das refeições; não gostam muito da parte da higiene pessoal nem demonstram responsabilidade para isso... talvez porque não consideram assim muito importante e por isso é que demonstram desinteresse e desvalorização; os conflitos entre nós é uma coisa má; o facto de algumas de nós parecer não se importar com os outros ou com as situações; gostava que houvesse espaço para falarmos de assuntos diferentes; para mim, o modelo ser visto como um jogo também é um problema, mas por outro lado, é um jogo bem difícil e que nos leva ao nosso limite muitas vezes”.

Sobre os seus gostos e interesses pessoais, a Sacaninha evidenciou que “gosto de comer, de ouvir música, de dançar e de fotografia”. Quando questionada sobre o que desejava para o futuro, a Sacaninha referiu que “não gosto muito de estar aqui... tento ter interesse pelas atividades, rotinas e gosto de estar na companhia de algumas pessoas, mas o tempo aqui passa tão devagar”, tendo concluído que “conto os dias para que o meu namorado me possa vir visitar e o que mais quero é sair daqui e ir para junto dele. Ele tem sido um grande apoio, é preocupado comigo e dá-me muitos conselhos”.

Em conversa intencional, a **Teresa** transmitiu que tinha 18 anos e que já tinha estado em instituições anteriores. Sobre os profissionais referiu que “gosto destas pessoas, mas estou farta...” e acrescentou que “eles são simpáticos e bons para mim algumas vezes”, tendo destacado “gosto muito da minha doutora”. Relativamente às jovens, a Teresa salientou que “são umas queridas e fofinhas, mas às vezes não tenho paciência para elas, irritam-me”. Referiu ainda que “gosto muito delas, mas principalmente da “Ariana e da Lia” que me ajudam muito. A “Ariana” é preocupada comigo e ajuda-me nas tarefas e a “Lia” leva-me muitas vezes a passear”.

No que concerne à escola, a Teresa frequentava a escola no exterior e evidenciou que “gosto muito da escola. Gosto quando as professoras me dizem que estou mais calminha”. Sobre as tarefas da casa, esta jovem transmitiu que “muitas vezes gosto de me voluntariar para elas, porque sei que conta para as notas” e acrescentou que “ainda tenho alguma dificuldade em limpar o meu quarto”. Quanto às “assembleias da casa” expôs que “fico sempre muito nervosa ou ando sempre de um lado para o outro ou mexo-me muito. Choro muitas vezes”. Quanto aos problemas, esta jovem referiu que “elas muitas vezes são más, falam mal”, referindo às jovens. Ainda acrescentou “os profissionais algumas vezes só veem o mau em nós”.

Sobre os seus gostos pessoais a Teresa referiu “gosto muito de cozinhar, de cabeleireiro, de fotografia, de teatro e de falar com as pessoas”. A Teresa, referindo-se à sua perceção mais recente e sobre o que perspectivava para o futuro concluiu referindo que “gosto da casa e destas pessoas, mas estou farta de estar aqui. Quero ir para a outra instituição. Estou ansiosa por ir. Estou com medo e ansiosa, mas quero muito que chegue o dia da despedida”. “Saudade” foi a palavra que escolheu para terminar, mencionando que “vai deixar saudade. Vou ter saudade das pessoas e da casa”.

A **Yasmine**, em conversa intencional, referiu que tinha 15 anos e que já tinha estado noutras instituições. Debruçando-se sobre as instituições anteriores referiu que “eu saía e entrava sempre que quisesse desde que avisasse”. Para além disso, expôs que tinha tido comportamentos “maus” nas outras instituições, mencionando que “agredi uma profissional numa das instituições em que estive acolhida durante um ano e fugia muito. Eu estava sempre

desaparecida durante muito tempo e isso surpreendia as pessoas. Fugia porque me sentia melhor nos sítios para onde ia. Acerca da entrada nesta instituição, a Yasmine aludiu que “não estava nada preparada” e acrescentou que “para mim foi um choque, principalmente porque eu passava muito tempo com algumas pessoas e com a vinda para cá passei a não estar tempo nenhum”. Para além disso, expôs que “a entrada numa instituição marca sempre uma pessoa. Eu, por exemplo, tenho tendência em escrever num diário o que sinto. Ainda hoje me lembro como foi quando cheguei pela primeira vez aqui. Lembro-me de quem me fez a revista inicial e lembro-me da pessoa que me mostrou a casa”.

No que toca às relações com os profissionais, a Yasmine evidenciou que “posso dizer que ao nível das relações com os profissionais foi relativamente fácil... depois de conhecê-los minimamente e de me dar passei a gostar”, mas destacou que “gosto muito da educadora “Cláudia”, sinto que ela é das melhores profissionais que temos aqui”. Sobre as relações com as jovens, transmitiu “mal entrei consegui, por incrível que pareça, ter uma atitude confortável e descontraída com a maior parte delas... com algumas criei relações de grande proximidade, mas a verdade é que perante elas a minha posição não tem sido sempre igual e sei que delas para mim também é assim. Sinto que estamos todas no mesmo barco, mas no fundo somos pessoas muito diferentes e com perspetivas muito diferentes também e é isso, que na maior parte das vezes leva a que existam muitos conflitos verbais e físicos. Eu mesma vou tendo alguns problemas com algumas delas e eu tento controlar-me, mas é difícil”. Ainda sobre a sua entrada na CAR e sobre as relações, a Yasmine ainda expõe que “acho que até me adaptei rápido... ao longo do tempo acho que tenho conseguido melhorar, antes eu era muito fria para as pessoas e não gostava que se aproximassem de mim”. Acrescentou que “as doutoras tinham-me dito que achavam que a minha integração iria ser mais complicada... mas a verdade é que até eu mesmo fiquei surpreendida comigo... nos outros colégios não me dava com ninguém, gostava de estar muito no meu canto. Só o facto de ter acesso ao telemóvel lá, fazia com que eu estivesse cada vez mais afastada das pessoas... eu estava a maior parte do tempo no exterior ou então se estava dentro da casa, estava apenas no meu quarto. Agora é diferente. Como estou aqui dentro, sinto que mais vale aproveitar o grupo do que estar sempre apagada”.

Sobre a dimensão escolar, a Yasmine partilhou que “não gosto de estudar, gosto mais de trabalhar”. Mencionou também que “antes de entrar para aqui eu estava no 6º ano, mas reprovei mais do que uma vez. Os meus pais também não controlavam as minhas idas à escola”. Para além disso, expôs que “da escola daqui até gosto. Sabes quantas vezes é que lá fora eu ouvi que a minha letra era bonita? Nenhuma. Aqui dentro já me disseram isso. Na altura fiquei sem reação, pois nem estava a acreditar que me estavam a dizê-lo, pois nunca ninguém me tinha dito. Para a Yasmine, os professores eram “diferentes e sabem apreciar alguns dos nossos aspetos. Tenho uma boa relação com eles”.

Relativamente às dinâmicas da instituição, a Yasmine expressou que “de uma maneira ou outra, nós aqui temos de nos sentir preparadas, porque temos de ser responsáveis. Nós aqui temos de crescer, mesmo que não queiramos... temos de ter a atenção de ter o nosso quarto e a casa limpa, de não esquecer de ir colocar a nossa roupa para lavar no nosso dia, temos de saber colocar a mesa...”. Para além disso, esta jovem referiu que “em certa parte sinto-me mais preparada. A organização que esta casa tem, por mais que às vezes, eu e as outras reclamemos, faz com que nós crescamos”. A Yasmine falou ainda sobre as “assembleias da casa”, referindo que “suo muito nesses momentos. Nem sei bem se as semanas correm bem ou não. Não consigo explicar essa sensação. Mas sei perfeitamente que alguns dos meus comportamentos me prejudicam”. Para além disso, expôs que “gosto de quando as consequências que temos são escrever sobre algum comportamento nosso. Por exemplo, já tive de escrever uma vez para uma jovem quando a tratei mal, mas o que não gosto é o facto de ter de ler em voz alta no momento da assembleia, mas percebo a razão pela qual os profissionais pedem assim”. A Yasmine referiu que “não concordo com o facto de as jovens das primeiras fases não poderem ir lá fora. Só vou lá fora à hora de fumo e essa hora, para além do fumar, é importante para mim porque vou lá fora apanhar ar”. Para além disso, esta jovem transmitiu que “eu já sugeri aos profissionais a ideia de irmos para o pátio exterior fazer atividades de desporto, nem que fosse aos sábados”, tendo acrescentado “mas até agora nada. Eu já tive em equipas a jogar desporto e acho que nos ia fazer mesmo bem, porque quando se está num desporto, também se aprende a estar em equipa e está à vista de todos que isso é algo que todas nós precisamos”. Para a Yasmine, também não fazia sentido o “por uma pagam todas” e expressou ainda que “acho que a comida é pouca, não

há gel de banho, mas sim sabonetes, não percebo porque não podemos ter giletes e já estriei a sala do time-out e acho que não tem as melhores condições”. Ainda sobre os problemas, a Yasmine referiu que “além de achar que há muitas regras... acho que a maior parte de nós não tem muita autoestima. Acho que todas temos problemas ao nível da higiene... penso que questões sobre a educação sexual poderiam ser faladas connosco; não há muito espaço para falarmos sobre outros assuntos sem ser da casa; a maior parte das jovens que está aqui pensam muito só nelas”. Relativos aos profissionais, a Yasmine referiu que “acho que deviam ser mais abertos às sugestões que fazemos, penso que às vezes podiam estar mais atentos ao que fazemos bem e não só ao que fazemos mal e acho que as doutoras podiam estar mais tempo connosco”. Todavia, a Yasmine quis, igualmente, expressar-se em relação a alguns aspetos positivos da instituição, tendo referido que “a comida é boa; acho bom haver homens e mulheres na equipa dos educadores e com idades diferentes”. Acerca da presença dos estagiários, a Yasmine transmitiu que “costumo gostar deles. Acima de tudo porque têm sempre tempo para falar connosco e costumam tentar perceber sempre o que nos preocupa mais”.

Relativamente aos gostos e interesses pessoais, a Yasmine mencionou que “adoro desporto, fotografia, música e dança. Também gosto de falar com pessoas tanto quando estou bem como mal e como já disse, gosto muito de escrever”. Finalizámos a conversa com a Yasmine a mencionar que “estou a demorar muito a passar de fase, mas sei que grande parte é por causa das minhas atitudes, porque já houve semanas em que provei que conseguia”. Assim, percebeu-se que as perspetivas dela naquela altura resumiam-se em passar para a próxima fase, tendo a mesma salientado que “tenho feito um esforço para tentar subir de notas... estou a ver se consigo lutar para passar para a segunda fase”. A Yasmine para concluir ainda referiu que “a ideia de estar nesta casa não é sair daqui igual ao que entramos. A ideia é nós irmos lá para fora e sermos alguém... alguém mais capaz e melhor para nós e para os outros. Por isso, se me perguntarem todos os dias o que acho da CAR sou capaz de responder todas as vezes que estou cansada de aqui estar, mas ela tem revelado ser um apoio para mim e as pessoas que aqui estão têm o poder de fazer com que a nossa passagem por aqui não seja assim tão má”.

APÊNDICE C: REGISTO DE AVALIAÇÃO DO CONTEXTO

A escassez de recursos humanos era, na altura, um dos problemas identificados pela maioria dos profissionais da equipa educativa. Indicadores desse problema sentido pelos elementos da equipa eram o discurso deles sobre a sobrecarga que sentiam. Além disso, através do conhecimento, análise e participação na realidade, era notória e verbalizada a constante dificuldade em desempenharem as variadas tarefas. Contudo, após a exploração deste problema com os profissionais, foi possível refletir que esse só surgia no discurso dos profissionais, quando vivenciavam momentos de maior ansiedade e quando se viam com maior dificuldade em cumprir com as suas obrigações e responsabilidades no trabalho que desenvolviam diariamente com as jovens. Além disso, a maior parte dos profissionais referiu que reconhecia o esforço permanente da direção para reforçar os recursos humanos da EE, tentando manter o equilíbrio da equipa “da linha da frente” e, tendo em consideração as diferentes e recentes contratações que tinham sido realizadas, o problema, na altura, fora, colocado um pouco de parte e acabava por não ser referido pelos profissionais. A par disso, tratava-se de uma questão cuja resolução não estava ao nosso alcance.

O desgaste emocional por parte de alguns profissionais da equipa educativa era um problema apresentado pelos diferentes profissionais que integravam essa equipa. Tal problema, na voz deles, originava, muitas vezes, divergências entre eles. Nos momentos de reflexão acerca deste problema, os profissionais apresentavam discursos como, “...a nível mental é uma experiência muito exigente. Ninguém sonha o que é ser educador neste contexto” (Ed. Vicente); “...neste turno só somos três, como podemos dar atenção a todas?” (Ed. Vicente); “...é, de facto, um ambiente desafiante a todos os níveis” (Ed. Ribeiro); “...só quando comecei a trabalhar na casa é que me apercebi verdadeiramente o que era e como era vivenciado” (Ed. Filipe); “...cada dia é um dia, nenhum dia é igual ao outro, são todos diferentes...” (Ed. Ribeiro); “...há dias em que pensas: ai, isto é assim? Então é tranquilo... mas há outros em que pensas, é isto, então não quero vir mais para aqui...” (Ed. Filipe); “...era importante reunirmos e falarmos, discutirmos assuntos” (Ed. Lucas). Além disso, eram indicadores deste problema o cansaço que era demonstrado por alguns dos/as profissionais,

bem como a desmotivação e a exaustão que este trabalho implicava. Efetivamente, os/as profissionais revelaram que para as referidas divergências contribuíam a rotatividade de horários, a falta de confiança entre colegas, bem como a falta de comunicação. Aliado a isso, também para o desgaste emocional contribuía a pressão que se vivenciava entre os profissionais quando se sentiam sobrecarregados com as tarefas que tinham de desempenhar, o acompanhamento que as jovens exigiam deles e o excesso de responsabilidade. Outro aspeto que era apontado pelas profissionais da ET, bem como por alguns profissionais da EE, tinha a ver com esse desgaste emocional estar relacionado com o facto de desenvolverem o trabalho com jovens que apresentavam um baixo suporte afetivo/emocional, que procuravam constantemente o reconhecimento, a aceitação, o carinho junto dos profissionais e que demonstravam o medo do abandono pelos profissionais que eram vistos por elas como figuras de referência e de apoio. Por conseguinte, os profissionais da EE revelavam a necessidade de se sentirem reconhecidos pelo trabalho que desenvolviam e de existirem momentos durante os quais pudessem relaxar. Consideravam que, para colmatar algumas das divergências que existiam, talvez fosse apenas necessário encontrar tempos comuns para poderem reunir. Na exploração deste problema, após debate e reflexão junto dos diferentes profissionais, estes consideraram que era de facto um problema que existia, mas que havia a preocupação por parte da diretora técnica em valorizar o esforço e empenho de cada um dos educadores, bem como a preocupação do bem-estar dos profissionais. Relativamente às divergências existentes, essas estavam a ser trabalhadas em encontros que, na altura, estavam a tentar que fossem semanais, constituindo-se como rotina da casa.

O excesso de regras na casa era um problema sentido e expresso por algumas jovens da instituição e verbalizado apenas por dois educadores. Ao dialogarem sobre este problema, algumas jovens tinham dificuldade em compreender a quantidade, bem como a pertinência, de regras existentes e usavam expressões, como “não faz sentido haver tantas regras”; “algumas regras não têm sentido nenhum”; “é um exagero as regras todas que existem”; “numa casa isto não é assim”; “uma coisa é tirarem-nos o tabaco ou assim (...) outra coisa é tirarem-nos da nossa família”. Consideravam que tinham demasiadas regras e exigências e que algumas delas não tinham fundamento, como era o caso de não

poderem entrar na cozinha ou na sala dos educadores, dos castigos coletivos, da inibição do telemóvel e, também, da inibição e regras das visitas e das chamadas. Contudo, depois de se explorar o problema, algumas das jovens trouxeram a sua perceção acerca das regras impostas por outras instituições nas quais tinham estado integradas outrora e referiam que “as regras eram muito piores”. Após este problema ter sido debatido e refletido entre os profissionais, chegou-se à conclusão que, apesar de as regras serem bastante importantes na vida das jovens, também elas deveriam ser devidamente ajustadas e pensadas, tendo em consideração, entre muitos aspetos, o grupo de jovens que vivia na casa. Perante isso, era em reuniões de equipa, onde estavam presentes educadores e profissionais da ET que se discutiam, refletiam e se redefiniam algumas das regras da casa, verificando-se a preocupação em ter regras o mais possível parecidas com as de um contexto familiar, mesmo sabendo-se que “nunca conseguiremos substituir um ambiente familiar”. Era visível, em diferentes momentos do quotidiano, que alguns profissionais da EE davam a conhecer e relembravam as regras às jovens, ajudando-as na sua compreensão, aceitação e integração no dia a dia. Apesar desse esforço e trabalho por parte dos profissionais, ouvia-se da parte das jovens expressões, como “isto está a ficar pior que uma cadeia” e os profissionais da EE chegavam a partilhar “o problema desta casa é ter regras a mais (...) na minha opinião, as básicas deveriam ser exigidas, como: o respeito pelo outro, a higiene..., tudo o resto devia ser consoante as circunstâncias”. Além disso, havia educadores que partilhavam que alguns colegas de trabalho não percebiam que, por vezes, teriam de se quebrar algumas regras, pois em determinadas alturas era mais terapêutico para as jovens, trazendo o exemplo de deixar as jovens entrarem na sala dos educadores para dialogarem. Isso, de acordo com este profissional, era “muitas vezes sentido como uma má atitude por parte de alguns colegas”, pelos colegas que se limitavam a cumprir as regras e não conseguiam ter um olhar mais amplo, vendo o que naquele momento faria mais sentido para as jovens. Ainda na exploração deste problema, as jovens acabaram por reconhecer que, por serem tantas na casa, algumas das regras eram necessárias, aceitando dessa forma a sua pertinência, trazendo discursos, como “sei que precisamos de regras bem claras”. Na altura, era notório que as jovens gostavam de se exprimir sobre as regras de funcionamento da casa no âmbito de algumas assembleias da casa,

onde as jovens desenvolviam a capacidade de discutir, refletir e onde lhes era permitido expressar a sua opinião.

A pouca autonomia por parte das jovens estava relacionada com a dificuldade por parte dos profissionais em promoverem a autonomia das mesmas. Esse era um problema reconhecido pelas jovens e pelos profissionais de ambas as equipas. Além do que foi observado como indicador dessa realidade, outro dos indicadores era o discurso dos profissionais sobre os efeitos menos positivos da atitude de superproteção por parte da instituição no desenvolvimento da autonomia das jovens e sobre o reconhecimento de que não estavam a conseguir trabalhar a esse nível quanto queriam – “sinto que falhamos muito nessa fase e que é tão importante...”; “é necessário investir em diferentes áreas da autonomia...”; “muitas delas não sabem como conservar alimentos...não têm noção de como gerir o dinheiro...não sabem a que serviços se dirigir...”. No que às jovens diz respeito, salientava-se o discurso “...eles aqui não preparam para nós irmos lá para fora...”; “estamos muito tempo fechadas...”; “não está a ser trabalhado absolutamente nada comigo...”; “a única coisa que eu vi que trabalharam comigo foi: a partir de hoje não te carregamos o passe, vais tu...”; “eu cheguei lá fora e já não me lembrava do que era apanhar um autocarro (...) nós chegamos lá fora e parece que estamos a conhecer o mundo. Estás a ver tipo um bebé quando está a conhecer o mundo, ele não gosta de pôr os pés na relva porque faz cócegas e basicamente é isso que sentimos quando saímos...não tive ninguém que me dissesse para apanhares o autocarro tens de ir por aqui...”. As causas destacadas pelos diferentes atores sociais para este problema prendiam-se com a superproteção das jovens por parte dos profissionais, a sobrecarga de trabalho das equipas de profissionais, o facto de os profissionais terem pouca disponibilidade para o treino de competências, o apoio pouco direccionado para as necessidades específicas das jovens e o desconhecimento das implicações de serem autónomas. Ao longo das conversas intencionais nos diferentes momentos, os profissionais destacaram a importância do desenvolvimento de competências ao nível pessoal e social, bem como a relevância de estabelecer hábitos de poupança e a criação de novas estratégias de intervenção, atendendo às especificidades das jovens. Concluiu-se que as necessidades associadas ao trabalho dos profissionais tinham a ver com o desenvolvimento de uma intervenção psicossocial promotora da autonomia das jovens, a

consciencialização dos profissionais para a importância da autonomia na vida das jovens, a garantia de um apoio mais individual às jovens, o repensar as práticas profissionais numa postura crítica e, ainda, o desenvolvimento de novas formas de intervenção. Para as jovens, apresentavam-se como necessidades: a promoção de competências pessoais e sociais; o desenvolvimento de confiança e segurança pessoal e a consciencialização para uma vida fora da instituição, contribuindo para a sua integração, bem como envolvê-las no próprio processo de mudança, percebendo o que a autonomia implicava. Percebeu-se que já tinha existido um programa de autonomia, mas, na opinião das jovens, não fazia sentido para elas e, na opinião dos profissionais, seria importante ter um programa mais ajustado às jovens. Este era um problema que tinha sido discutido em supervisão externa e estava a ser trabalhado e repensado.

Outro problema identificado foi a sala de isolamento não ter as melhores condições. Sobre este problema tinha-se refletido em reuniões de supervisão externa e tinha acabado por suscitar a perceção dos profissionais sobre a inadequação do espaço. Após a sua exploração com as jovens, verificou-se que também elas tinham a perceção clara de que o espaço não estava adequado. Discursos, como “é algo que deveríamos melhorar”, “eu penso que as paredes deveriam ser em esponja”, “aquela sala não tem todas as condições reunidas”, foram trazidos pelas pessoas. A maior causa desse problema, de acordo com a DT, prendia-se com o facto de que na altura em que a casa tinha sido construída não havia material bibliográfico em que eles se pudessem basear para a construção do espaço. Contudo, tendo passado já algum tempo, reconhecia que tinha sido algo que “desmazelámos” e admitia a importância de se pensar nessa sala de uma outra forma e a relevância de ela ser reestruturada. A necessidade subjacente a esse problema prendia-se com a adequação da sala de isolamento/contenção da casa. Explorando esse problema com os profissionais e com as jovens, chegou-se à conclusão que existiam algumas condições que deveriam ser melhoradas nesse espaço, nomeadamente: o teto ser mais alto; ter uma janela inquebrável que fornecesse luz natural e posicionada para que permitisse uma visão para o exterior; ter luzes inquebráveis devidamente protegidas e que pudessem ser controladas pelas jovens; porta pesada e segura com vidro para observação (na voz das profissionais, “já tivemos porta

inquebrável, mas quebrou muitas vezes”); ter instalações sanitárias; câmaras e um sistema de alarme (de acordo com as profissionais, a questão das câmaras era uma questão sobre a qual estavam a refletir). De acordo com a Dra. Inês, essa era uma sala que apenas era usada quando as jovens se encontravam “descontroladíssimas...”. Em concordância com isso, na voz das jovens, essa era uma sala que não era usada constantemente, mas que seria bastante importante ser melhorada. Esteve ao nosso alcance fazer com que os diferentes profissionais, nomeadamente da EA se mobilizassem para criar sinergias para que o problema fosse colmatado. As jovens e os profissionais das ET e EE pensaram acerca do que poderia ser melhorado/alterado, enquanto os profissionais da equipa de apoio ficaram responsáveis por realizar contactos com empresas para conseguirem os diferentes materiais e serviços, com o intuito de melhorarem esse espaço da casa.

Em algumas reuniões refletiu-se sobre a importância de existir uma sala de conforto. Ou seja, um outro problema que surgiu foi a inexistência de uma sala de conforto na casa. Este foi um problema identificado pelas profissionais da equipa técnica e, mais tarde, pelos profissionais da equipa educativa. Da parte das jovens havia o discurso “...eu só precisava de estar um pouco sozinha para me acalmar...”; “...a sala de time-out é importante, mas às vezes não é dessa sala que precisamos...”. As maiores causas apontadas para esse problema foram o desconhecimento da importância que esse espaço poderia trazer para as pessoas, o mau aproveitamento dos espaços da casa e, ainda, o desconhecimento de uma construção adequada de uma sala de conforto. Foi, igualmente, através de expressões trazidas pelos profissionais, como “...por vezes o que as jovens precisam é de estar afastadas das outras para se acalmarem...”, “...poderia não ser usada exclusivamente pelas jovens, mas também pelos profissionais que diariamente desenvolvem o trabalho nesta casa...”, “...por vezes, elas só precisam de estar sozinhas num espaço confortável para se autorregularem...”, que se começou a pensar na necessidade de se compreender a importância da existência dessa sala na casa e de se reaproveitarem os espaços para a criação de uma sala de conforto que se constituísse como um ambiente seguro e protetor. Assim, aprofundou-se com as pessoas esse problema e a sua possível resolução, apostando-se na criação de

momentos onde as diferentes pessoas pudessem refletir sobre que materiais e estímulos gostavam de ter na sala.

O modelo de intervenção ser visto como um “jogo” pelas jovens foi o último problema identificado, sendo sentido e verbalizado por todas as jovens. Ao explorar o problema, as jovens utilizavam termos, como “eu já percebi e aprendi como se joga, agora é só marcar pontos”. Também os profissionais das equipas técnica e educativa se pronunciavam acerca deste problema. Apesar de os primeiros apresentarem maior relutância em fazê-lo, expressavam que era uma questão altamente “perigosa” e que não poderia continuar a existir, embora reconhecessem também que o modelo de intervenção estava feito para que as jovens atingissem metas que lhes ofereciam privilégios e consequências, responsabilizando-as pelos diferentes atos. Os profissionais da EE, com quem tivemos oportunidade de explorar o problema, transmitiam de formas diversas a percepção que tinham sobre o facto de as jovens olharem para o “modelo como um jogo”, pronunciando-se acerca da existência de manipulação dos resultados. Os profissionais transmitiam que muitas vezes acontecia que as jovens tinham determinadas ações, mas apenas porque esses atos as levavam a conseguir determinado resultado. Ao longo da discussão sobre este problema, apesar de alguns educadores acreditarem que a evolução de algumas jovens era genuína, a maior parte dos profissionais afirmava que as jovens, que estavam havia mais tempo na casa, viviam “muito intensamente este jogo”, onde para “obter ganhos têm de ter boas notas”. Como também já foi referido, a maior parte das jovens não hesitava em referir que o sistema era um “jogo”, ouvindo-se também expressões, como “aquilo que vocês veem aqui não é o que eu sou”. Diante desse problema, os profissionais diziam ser importante repensar a questão da instrumentalização do modelo de intervenção, envolver todos os atores sociais na reflexão e discussão sobre esta questão e a necessidade de o modelo ser flexível. Contudo, embora fosse um problema identificado e sentido pelos diferentes profissionais em diferentes momentos do dia a dia e verbalizado pelas jovens, refletiu-se que esta era uma questão a ser trabalhada e pensada pelos profissionais e reconheceu-se que, naquela altura, as profissionais da equipa técnica estavam a ter o cuidado de (re)pensar essa questão, isto é, como a casa era pensada e funcionava para e com as jovens.

APÊNDICE D: EXPLORAÇÃO DOS PROBLEMAS, RESPETIVAS NECESSIDADES E PRIORIZAÇÃO

Atividade “Os problemas mesmo à nossa frente para darmos forma ao futuro” (Profissionais)	
Local	Sala de reuniões, gabinetes da equipa técnica e sala dos educadores da Instituição.
Data e hora	24 de janeiro de 2019; 16h-17h (ET); 25, 29 e 30 de janeiro de 2019; 10h-11h / 16h-17h (EE; EA).
Presenças	Diretora técnica, Dra. Carminho, Dra. Margarida, Dra. Laura, Dra. Rita (ET); Ed. Cláudia, Ed. Filipe, Ed. Lucas, Ed. Maria, Ed. Patrícia, Ed. Ribeiro, Ed. Sofia, Ed. Vicente (EE); D. Carolina, D. Paula (EA).
Descrição	<p>Estes momentos foram criados ao longo do tempo nos diferentes momentos do quotidiano, tendo em conta a organização da casa e o trabalho das diferentes equipas. Como se pôde ver acima, foram realizados em vários dias e em diferentes horários, respeitando o tempo e a disponibilidade dos sujeitos. Procuramos juntar os profissionais que estavam disponíveis e interessados para conversar e explorar o tema em questão, sendo que ao longo dos diferentes momentos procuramos que os profissionais falassem abertamente, tomando como certeza de que todos tinham conhecimento pertinente para partilhar.</p> <p>A lógica dos momentos foi sempre a mesma, inicialmente apresentamos uma folha onde continha os vários problemas identificados pelos próprios profissionais e pelas jovens em conversas intencionais. Depois de os profissionais terem lido com atenção os problemas falaram e refletiram acerca dos mesmos, ora individualmente ora em conjunto. Ao longo do tempo, fomos partilhando com todos as conclusões, tendo por base todas as reflexões realizadas nos diferentes momentos. Desta forma, de forma sucinta, trazemos aqui o cruzamento de alguns dos aspetos que são importantes para se compreender o que foi referido e, é uma forma, de se compreender as escolhas da intervenção que foi contruída com os atores sociais.</p>

	<p>Sobre o problema da escassez de recursos humanos, vários dos educadores referiram que sentiam a dificuldade em desempenhar as várias tarefas de forma eficiente ou ainda, como referiu a Ed. Cláudia “da maneira que gostávamos”, sendo esta a opinião de vários dos profissionais da equipa educativa. Contudo, através das suas perceções, também se chegou à conclusão de que esse problema era mais notório quando se deparavam com momentos de maior stresse. A Diretora técnica bem como a Dra. Carminho referiram que, relativamente a esse problema, a maioria dos profissionais transmitiam que à data da sessão, este problema já não era sentido de forma tão acentuada. Também nesse seguimento, os profissionais da equipa educativa, transmitiram que tendo em consideração a entrada de elementos, reconheciam a atenção que era dada a este problema e, simultaneamente, tratava-se de uma questão cuja resolução não estava ao nosso alcance.</p> <p>No que toca ao segundo problema, o desgaste emocional por parte de alguns profissionais da equipa educativa, os profissionais com quem tivemos a oportunidade de reunir consideravam que o problema existia e referiram que o mesmo fazia com que existissem algumas divergências entre eles. Ao longo da reflexão e exploração deste problema, para além de trazerem trazido algumas expressões como: “...a nível mental é uma experiência muito exigente. Ninguém sonha o que é ser educador neste contexto” (Ed. Vicente); “...neste turno só somos três, como podemos dar atenção a todas?” (Ed. Vicente); “...é, de facto, um ambiente desafiante a todos os níveis” (Ed. Ribeiro); “...só quando comecei a trabalhar na casa é que me apercebi verdadeiramente o que era e como era vivenciado” (Ed. Filipe); “...cada dia é um dia, nenhum dia é igual ao outro, são todos diferentes...” (Ed. Ribeiro); “...há dias em que pensas: ai, isto é assim? Então é tranquilo... mas há outros em que pensas, é isto, então não quero vir mais para aqui...” (Ed. Filipe); “...era importante reunirmos e falarmos, discutirmos assuntos” (Ed. Lucas) que refletiam esse desgaste emocional, expressaram que também a rotatividade de horários, a falta de confiança e a falta ou pouca</p>
--	---

	<p>comunicação entre os elementos, eram fatores que contribuíam para as divergências entre a equipa. Ademais, expuseram que a pressão que vivenciavam entre eles quando se sentiam sobrecarregados com as tarefas que tinham à sua responsabilidade também eram aspetos que colaboravam para esse desgaste. Ainda sobre este problema, era da opinião da equipa técnica e de alguns profissionais da equipa educativa que esse desgaste emocional se devia também ao facto de “desenvolvemos um trabalho com jovens que apresentam um baixo suporte afetivo” (Diretora técnica); “serem jovens que procuram sempre, muitas vezes ao dia o nosso reconhecimento e aceitação” (Ed. Maria); “...o nosso carinho” (Ed. Ribeiro); “e porque também são jovens que no fundo têm muito medo abandono. Têm medo que nós, profissionais, as abandonemos por alguma razão, pois na vida delas já lhes falharam muitas pessoas” (Ed. Sofia). Perante este problema, os profissionais foram nomeando o que sentiam ser necessário, tendo exposto que “precisamos de sentir que somos reconhecidos pelo que fazemos” (Ed. Patrícia) e “era importante que tivéssemos momentos para relaxar” (Ed. Lucas), sendo estas opiniões partilhadas pelos restantes profissionais da equipa educativa e a equipa técnica também se pronunciou sobre o assunto, referindo que “é verdade...era mesmo importante que arranjássemos algum tempo para investir nisso, ter momentos que nos façam sentir relaxados”. Relativamente à existência de algumas divergências entre os elementos da equipa educativa, os Ed. Filipe e o Ed. Vicente trouxeram a ideia que era comum aos restantes profissionais da equipa, sendo que referiram que seria “necessário termos mais tempo para reunirmos”. No entanto, era um problema no qual se estava a investir em encontros semanais e consideraram que havia preocupação por parte dos superiores em valorizar o empenho de cada um deles, bem como existia a preocupação com o seu bem-estar.</p> <p>Em relação à falta de higiene e cuidado da imagem pessoal por parte das jovens, os profissionais consideraram que este problema advinha da ausência de motivação por parte das jovens. Desta forma,</p>
--	--

	<p>como necessidades foram referindo: uma maior sensibilização para a importância dos hábitos de higiene, contribuindo para a mudança de hábitos e comportamentos relacionados com o cuidado pessoal; um maior investimento ao nível da higiene e da autoestima, sendo crucial desenvolver um trabalho no âmbito da educação para a saúde. Acrescentaram ainda que se houvesse maior envolvimento de todos, isso facilitaria a intervenção e apontaram como relevante pensar e encarar a saúde num sentido mais lato.</p> <p>Relativamente ao problema dos comportamentos desadequados por parte das jovens, os profissionais explicaram que este problema gerava sempre alguma discussão, uma vez que, embora, todos reconhecessem a sua existência, outros defendiam que estava relacionado com a dificuldade de autorregulação das jovens. De acordo com os educadores, “...elas usam a mentira” (Ed. Ribeiro); “...e a manipulação” (Ed. Vicente), sendo que, a Ed. Sofia trouxe para a reflexão que “elas são altamente manipuladoras porque é uma questão da sobrevivência e muitas vezes mentem...”, a Dra. Rita, falando sobre um caso específico expôs que “ela vive numa realidade dela e tende a mentir para sustentar essa realidade que idealiza” e o Ed. Lucas acrescentou que “muitas vezes elas não gerem da melhor maneira porque nem sequer sabem que tipo de sentimento estão a ter...”. Os profissionais expressaram que as jovens tinham sérias dificuldades em transmitir o que sentiam e perante isso apontaram que havia a necessidade de autorregulação de pensamentos, emoções e comportamentos das jovens e ainda o reforço da capacidade de gestão de conflitos. Os profissionais associaram a esse problema as faltas de respeito das jovens para com os profissionais e as relações menos positivas que existia entre elas, sendo que apontaram como necessidades: o fortalecimento dos estilos de relação interpessoal mais positivo, através de valores, como a cooperação, a tolerância, a solidariedade e a partilha. Ainda na exploração destes problemas, foi referido que “muitas vezes o que fazem é lutar pelo espaço delas, mas não o fazem de maneira adequada” (Dra. Rita). Esses problemas na opinião da equipa</p>
--	--

	<p>técnica, estavam relacionados com o facto de “serem jovens com sentimentos baixos de valorização pessoal” (Dra. Laura); “e o serem vítimas de maus tratos” (Dra. Carminho). Os educadores apontaram como causas “a educação e disciplina desajustadas” (Ed. Lucas); “o viverem em ambientes conflituosos, violentos ou situações de rutura” (Ed. Cláudia). Na exploração e reflexão deste problema, os profissionais acrescentaram ainda que era importante que todos eles se sentissem envolvidos e responsáveis pela forma como as jovens se relacionavam e estavam entre si. Para além disso, reconheciam que era pertinente que as interações entre elas fossem construtivas e baseadas em princípios como o respeito e a cooperação, pois “...só assim poderia haver o potencial de promover aprendizagens, assim como o desenvolvimento de empatia e respeito mútuo, fundamentais para elas se relacionarem seja com quem for” (Diretora técnica), sendo esta ideia partilhada e trazida pelos outros profissionais de forma distinta, mas que deu para perceber que era consensual para os diferentes elementos.</p> <p>No que toca ao problema relacionado com a falta de reconhecimento por parte dos profissionais da equipa educativa em relação às jovens e o facto de as jovens manifestarem perceções menos positivas sobre si mesmas, os profissionais reconheciam que esse problema existia e referiram que ocorria devido, a por vezes, o trabalho ser tão exigente, onde se esqueciam de valorizar as jovens pelas suas boas atitudes. No entanto, expuseram que era uma questão que merecia a sua atenção, uma vez que também eles, enquanto seres humanos, gostavam quando eram reconhecidos pela sua maneira de estar ou de fazer alguma coisa. Posto isto, os profissionais referiram que havia a necessidade de valorização e o reconhecimento das jovens por parte das mesmas e por parte dos profissionais e o reforço de comportamentos adequados.</p> <p>Sobre o problema do baixo nível de desenvolvimento moral por parte das jovens, os profissionais referiram que isso estava relacionado com o nível de cognição e com as experiências de vida das jovens. Para além desses, os profissionais foram referindo que o</p>
--	---

	<p>desconhecimento de valores fundamentais, o pensamento muito autocentrado e o serem pouco flexíveis também eram causas desse problema. A inexistência de um espaço onde as jovens pudessem discutir diversas situações foi outro dos problemas explorados, sendo que de acordo com os profissionais poderia ser aliado ao anterior. Os profissionais expressaram que “é importante fazê-las pensar sobre as mais variadas questões” (Ed. Cláudia e Ed. Filipe); “só obedecem para evitar castigos ou para satisfazerem desejos” (Ed. Patrícia); “bloqueiam e não pensam de outra maneira” (Ed. Lucas e Ed. Filipe). Assim, apresentou-se como necessidades: a promoção da educação moral das jovens de acordo com valores humanos, a estimulação das jovens para serem cidadãs mais autónomas com espírito crítico e com responsabilidade e refletir que a moralidade se constrói na relação com os outros e com o meio. Ademais, os profissionais reconheceram que estava “nas nossas mãos” trabalhar estas dimensões, sendo que a Ed. Cláudia expôs que “era importante que elas se envolvessem em grupo para debater”, tendo a Ed. Sofia acrescentado que “isso ajudava-as a estar umas com as outras de forma mais saudável e a tornar-se mais críticas e reflexivas”.</p> <p>Em relação ao problema excesso de regras na casa, a maioria dos profissionais não considerava que existia excesso de regras. Contudo, havia dois educadores que expressavam que na sua opinião isso era um problema. Na perspetiva dos profissionais, as regras eram inegavelmente, importantes na vida diária das jovens, mas refletiram que era crucial que as regras fossem ajustadas e pensadas, tendo em conta as jovens. Por isso, os profissionais esclareceram que à data destes momentos, se reuniam com o objetivo de refletirem e de redefinirem as regras da casa. Para além disso, as profissionais da equipa técnica referiram que “tentámos que seja parecido como se estivessem em casa, com a família” (Dra. Carminho). Contudo, reconheceram que “nunca conseguiremos substituir um ambiente familiar” (Dra. Margarida), sendo essas opiniões partilhadas por todas as profissionais dessa equipa.</p>
--	--

	<p>Relativamente ao problema sobre a pouca autonomia por parte das jovens, os profissionais foram unânimes em considerar que a autonomia abrangia em si várias áreas e aprendizagens. Todavia, alguns profissionais, referiam que sentiam que alguns colegas só se preocupavam com questões instrumentais, não encarando a autonomia das jovens a nível pessoal e social, num sentido mais abrangente. Outra opinião que era comum a todos os profissionais das três equipas com quem tivemos oportunidade de conversar era que esse problema existia, porque os profissionais sentiam dificuldade em promover a autonomia das jovens. Para além disso, a “atitude de superproteção” (Ed. Lucas, Ed. Vicente, Ed. Patrícia, D. Paula) era um dos aspetos salientados como menos positivo e que dificultava o trabalho no sentido da autonomia. O Ed. Lucas partilhou que “é preciso começar a trabalhar a autonomia com elas desde que entram aqui”. Os profissionais trouxeram para a reflexão expressões que refletiam o reconhecimento de que não estarem a conseguir trabalhar a esse nível, pelo menos, quanto desejavam - “sinto que falhamos muito nessa fase e que é tão importante...” (Dra. Carminho); “é necessário investir em diferentes áreas da autonomia...” (Dra. Rita, Ed. Cláudia); “muitas delas não sabem como conservar alimentos...não têm noção de como gerir o dinheiro...não sabem a que serviços se dirigir...” (Dra. Laura, Ed. Vicente, Ed. Lucas, D. Carolina). Os diferentes profissionais apresentaram como causas desse problema, a superproteção das jovens por parte dos profissionais já referida anteriormente; “a exigência e a sobrecarga do trabalho que temos” (Dra. Margarida, Ed. Lucas, Ed. Vicente, D. Paula); “temos pouco tempo e pouca disponibilidade para treinar competências com elas” (Ed. Maria, D. Carolina, D. Paula); “às vezes sinto que o apoio que damos é pouco direcionado para as necessidades delas” (Ed. Filipe, Ed. Lucas, Ed. Maria). A Dra. Rita salientou que “há um certo desconhecimento das implicações de as jovens serem realmente pessoas autónomas”. Neste sentido, a Ed. Cláudia num dos momentos referiu que “é mesmo necessário que todos percebam que podem contribuir para</p>
--	---

	<p>que elas sejam mais autônomas”, sendo que noutro momento, a Diretora técnica expôs que “é preciso que todos se envolvam e que estejam disponíveis para trabalhar neste sentido”. Assim, após os vários momentos de exploração e após termos cruzado informação debatida e refletida, concluímos que as necessidades dos profissionais eram: o desenvolvimento de uma intervenção psicossocial promotora da autonomia das jovens, a consciencialização dos mesmos para a importância da autonomia na vida das jovens, a garantia de um apoio mais individual às jovens, o repensamento das práticas profissionais numa postura crítica e o desenvolvimento de novas formas de intervenção. Para além disso, os profissionais também expressaram que era importante investir na confiança e segurança pessoal das jovens e envolvê-las de forma ativa no seu próprio processo de mudança, “responsabilizando-os mais sobre as suas atitudes e escolhas” (Ed. Vicente).</p> <p>No que toca ao problema da sala de isolamento não ter as melhores condições, o discurso dos profissionais explanava a sua perceção sobre a inadequação desse espaço. As profissionais da equipa técnica transmitiram a ideia de que quando a sala foi criada não tinham onde se apoiar para verificar se a construção da sala estava de acordo com o que era pretendido. Porém, reconheceram que foi uma questão descuidada ao longo do tempo e os diferentes profissionais transmitiam ser necessária a reestruturação dessa sala. Perante isso, os profissionais estavam a ter reuniões, onde se encontravam envolvidos na tarefa de melhorar essa sala.</p> <p>Em relação ao problema da inexistência de uma sala de conforto na instituição, na sua exploração que decorreu nestes diferentes momentos, os profissionais referiram que as causas estavam relacionadas com o desconhecimento da pertinência dessa sala, focando-se, principalmente no bem-estar que poderia trazer às pessoas da instituição. Para além dessa, também “temos aqui espaços mal aproveitados” (Dra. Margarida, Ed. Vicente), bem como “não sabemos como fazer, construir uma sala dessas” (Diretora técnica, Dra. Laura, Dra. Margarida) foram assinaladas como causas</p>
--	--

	<p>desse problema. Através das expressões trazidas pelas pessoas que fundamentavam a importância da criação desta sala, os profissionais foram apercebendo-se que havia a necessidade de se compreender a pertinência da mesma e a de reorganizarem melhores os espaços que tinham ao seu dispor na casa. Para este problema, apostou-se na criação de momentos onde as pessoas estavam a refletir acerca dos materiais e estímulos que gostavam que a sala tivesse, com o intuito de ser sentido como um espaço “aconchegante para todos” (Dra. Rita, Dra. Laura).</p> <p>Relativamente ao último problema, o modelo de intervenção ser visto como um “jogo”, os profissionais apresentaram alguma resistência para falar e refletir sobre ele, mas reconheceram ser uma questão muito “perigosa” (Diretora técnica; Dra. Margarida, Ed. Cláudia, Ed. Filipe, Ed. Maria, Ed. Patrícia), sendo que alguns acrescentaram que “não pode mesmo continuar a existir”. Contudo, na opinião da Ed. Patrícia e do Ed. Lucas “o modelo está feito para que elas atinjam pontos”. O Ed. Filipe transmitiu que “há manipulação de resultados várias vezes ao dia”, sendo que vários dos profissionais concordaram com esta afirmação. Para os profissionais, havia a necessidade de: repensar sobre a questão da instrumentalização do modelo de intervenção, envolver todos na reflexão e discussão sobre esta questão e a necessidade de o modelo ser flexível. As profissionais da equipa técnica referiram que apesar de ser um problema que existia, era uma questão que estava a ser devidamente refletida e trabalhada por elas e pelos restantes profissionais. Para além disso, os restantes profissionais transmitiram reconhecer o esforço da instituição para pensar nesta questão que era tão vivida no dia a dia.</p> <p>Concluídas todos os momentos de diálogo e todas as partilhas, procedemos à priorização dos problemas identificados com os profissionais, tendo em consideração a importância, bem como a urgência dos mesmos. De forma unânime, os profissionais definiram que o primeiro problema a ser priorizado deveria ser a falta de higiene e cuidado da imagem pessoal; como segundo problema,</p>
--	---

	<p>priorizaram o comportamento desadequado por parte das jovens que incluía, também, o tipo de relação que as jovens estabeleciam entre elas, com os profissionais e, conseqüentemente, com as pessoas geral; como terceiro problema, definiram a falta de reconhecimento por parte dos profissionais da equipa educativa em relação às jovens; por fim, consideraram que o quarto problema a priorizar deveria ser o baixo nível de desenvolvimento moral por parte das jovens, aliado à inexistência de um espaço onde as jovens pudessem discutir diversas situações. Na perspectiva dos profissionais, mesmo com a correria e imprevisibilidade dos dias, sentiram que conseguimos fazer com que eles trouxessem situações, perspectivas e ideias, vivenciando-se momentos de colaboração até chegar à priorização do que era sentido por eles como problema.</p> <p>Os profissionais, embora reconhecessem que tinham mais facilidade em falar e refletir sobre os problemas relacionados com as jovens, refletiram que todos eles deveriam ser implicados de forma ativa e genuína no trabalho a ser desenvolvido. Assim, alguns dos profissionais de uma forma repentina e outras de uma forma mais gradual, demonstraram vontade para desenvolver e para participar no Projeto, apesar de considerarem que havia “muito caminho pela frente”, como narrou a Dra. Rita. Ao finalizar, a Diretora técnica salientou que “todos os dias temos muito trabalho e de certeza que não será sempre simples estarmos, mas da minha parte, como em nome da equipa técnica, vamos fazer um esforço”. Para além disso, a Ed. Cláudia expôs que “foi importante conseguires conversar com muitos de nós. Tendo como certeza que há muito trabalho a fazer, acho que as pessoas não se vão esquecer que há muito trabalho a desenvolver em várias dimensões como a higiene e autoestima, o desenvolvimento moral, a sexualidade, a assertividade e a comunicação, a empatia e os afetos, entre outras... por isso, mesmo com o término da tua presença cá, leva contigo a certeza de que pelo menos na cabeça de alguns ficou que é necessário investir em vários aspetos e farão um esforço para o fazer... porque, no fundo tudo isto tudo contribui para a emancipação das jovens”.</p>
--	--

Atividade “Tempo para pensar no agora” (Jovens)	
Local	Sala de convívio, sala dos computadores, refeitório e quartos da Instituição.
Data e hora	24 de janeiro de 2019; 11h-12h; 29 de janeiro de 2019; 19h-20h; 1 de fevereiro de 2019; 14h-15h; 5 de fevereiro de 2019; 19:00h-20:30h.
Presenças	Alexandra, Arianara, Bandeirinha Júnior, Bianca, Fred, Gaiata, Larissa, Lia, Lili, Luana, Neuza, Núria, Onika, Pipoca Mendes, Sacaninha, Teresa, Yasmine.
Descrição	<p>“Tempo para pensar no agora” foi composta por diferentes momentos com todas as jovens que na altura se encontravam na instituição. À semelhança do que aconteceu com os profissionais, para contar com a colaboração e participação de todas as jovens, tivemos de estar disponíveis nos momentos em que eram mais fáceis para elas, respeitando o seu ritmo, bem como as dinâmicas da casa, sendo que estes momentos foram tanto individuais como em pequenos grupos. Para que a participação das jovens fosse contínua, tivemos de ter em consideração alguns princípios para ir estimulando a sua participação. Assim, tentámos valorizar e respeitar as diferentes formas de participação e organização das jovens, tentámos fortalecer os laços de confiança de pertença em relação à instituição, para que elas fossem sentindo que poderiam participar de forma livre e comprometer-se com o Projeto, oferecemos espaço para que fossem desenvolvendo o senso crítico, a capacidade de argumentação de forma a também expandir a sua capacidade de participação. Para além disso, oferecemos tempos e espaços para que elas fossem fazendo as suas escolhas com base nas suas necessidades, interesses e projetos de vida, criámos oportunidade e condições para que as jovens fossem construindo as suas narrativas da maneira elegida por elas e ainda tentámos desenvolver o sentimento de corresponsabilização das jovens para com a sua experiência na instituição.</p>

	<p>No início de todos os momentos começámos por expor às jovens o que era pretendido, referindo que o objetivo principal seria a devolução dos problemas que já tinham sido anteriormente identificados, através das conversas intencionais realizadas individualmente e em grupo. No decorrer dos momentos foram várias as expressões que explanaram o que era sentido por elas como problema, transmitiram o que para elas não fazia sentido, bem como identificaram alguns aspetos que na sua perceção poderiam ser alterados, nomeadamente: “não gosto que existam avaliações; mudava algumas regras; não gosto dos comportamentos que por vezes temos” (Alexandra); “sinto que não somos muito verdadeiras umas para as outras; temos alguma falta de higiene; nos nossos conflitos ultrapassamos os limites muitas vezes” (Ariana); “não acho bem a hora do deitar e a hora das refeições, principalmente a do jantar” (Bandeirinha Júnior); “fazia alterações ao nível das visitas e dos telemóveis; gostava que a relação entre nós fosse diferentes” (Bianca); “a falta de higiene é um problema comum; os comportamentos maus e conflitos entre nós; a sala de isolamento não tem as melhores condições e há excesso de regras” (Fred); “os profissionais por vezes parecem não entender bem o porquê de termos alguns comportamentos e parece que só falam das nossas coisas más; acho que aqui há falta de higiene e falta de cuidado connosco próprias” (Gaiata); “não gosto de algumas atitudes delas” (Larissa); “anulava as consequências, dava mais privilégios; eles esquecem-se das coisas boas; deixava as jovens darem opinião sobre as regras e deixava todas ir ao pátio” (Lia); “não gosto de partilhar o quarto; há muitas regras; o não poder fumar é um problema para mim; tenho dificuldade em controlar-me (Lili); “o nosso mau comportamento; o não se preocuparem com a higiene e com a imagem; não se fala sobre a questão da higiene, por exemplo; não temos nenhum sítio onde podemos falar sobre diversas situações” (Luana); “dizemos palavras muito feias umas às outras” (Neuza); “mudam as regras e depois avisam-nos; as jovens não respeitam o silêncio noturno; não temos espaço onde podemos falar sobre outros</p>
--	--

	<p>casos; é difícil conviver com elas, há conflitos; muitas vezes falamos muito alto e mal umas para as outras” (Núria); “não trabalham muito connosco a parte do cuidado pessoal, pelo menos não da maneira que precisávamos...algumas de nós fogem do banho a sete pés; as relações entre nós é um grande problema na minha opinião” (Onika); “não queremos saber do nosso cuidado pessoal, mas isso está relacionado com a nossa autoestima e motivação; não me identifico com alguns comportamentos; os educadores por vezes esquecem-se do que fazemos bem; existem muitas regras e para mim, a sala de isolamento não tem as melhores condições” (Pipoca Mendes); “não vejo bem algumas regras; há falta de higiene, cuidado e preocupação; o modelo ser como um jogo também acaba por ser um problema a meu ver” (Sacaninha); “elas são más umas para as outras e os educadores só veem o nosso mal algumas vezes” (Teresa); “as jovens das primeiras fases não podem ir lá fora; não acho que faz sentido por uma pagarmos todas; há muitas regras; muitas de nós não temos autoestima; todas temos problemas de higiene, mas a níveis diferentes se calhar; elas pensam muito só nelas; os profissionais podiam ser ainda mais recetivos às nossas ideias; os educadores podiam valorizar mais o que fazemos bem; as doutoras passam muito pouco tempo connosco” (Yasmine).</p> <p>A Ariana acrescentou que “era importante que em alguns momentos pensássemos mais nas outras; não discutimos assuntos do mundo real; há excesso de regras e algumas eu mudava”. A Bandeirinha também identificou como problema “a maneira que falamos umas para as outras”. A Bianca considerou que “era importante que nos déssemos melhor para conseguirmos estar melhor” e identificou também como problema o facto de “muitas de nós não temos cuidado connosco próprias”. A Fred mencionou como problemas o facto de “não nos conseguirmos ouvir nem conseguimos estar às vezes juntas no mesmo espaço; os profissionais parece que não reconhecem as nossas boas atitudes”. Para a Gaiata o maior problema “está em nós, nas miúdas, como somos quando estamos umas com as outras e como nos portamos... muitas vezes não nos</p>
--	--

	<p>respeitamos nem queremos nos ouvir”. A Lili referiu que “as faltas de respeito...no fundo as relações entre nós que são más; o facto de não nos sentirmos muito confiantes às vezes e isso também pode ser motivo de desmazelo do nosso cuidado connosco próprias; o facto de não nos respeitarmos”, se constituíam, na perspectiva dela, outros dos grandes problemas. A Núria, em conformidade, com as colegas identificou como problema o facto de os profissionais se esquecerem de “nos falar sobre os nossos pontos bons”. A Onika acrescentou que “não temos, muitas vezes, a capacidade de pensar umas nas outras; não nos conseguimos ouvir nem suportar umas às outras, o que é uma imensa falta de respeito”. Na opinião da Pipoca Mendes “não temos consciência de algumas coisas e não sabemos pensar e colocarmo-nos no lugar das outras... talvez porque nunca tivemos a possibilidade de discutir sobre vários assuntos à mesa com as nossas famílias após ouvir o telejornal ou depois de presenciar algumas situações”. A Sacaninha transmitiu ainda como problema o facto de “não parece que nos importamos com os outros e com os casos e gostava que tivéssemos tempo para falarmos de outros assuntos”. Para a Yasmine “não falamos sobre a educação sexual e não há espaço para debatermos assuntos sem ser daqui” também eram problemas existentes.</p> <p>Contudo, como pode ser visível, alguns dos problemas referidos eram tanto a nível coletivo como a nível individual, por isso, foi importante ir devolvendo isso às jovens, com o intuito de chegarmos aos problemas que eram sentidos como comuns, organizando-os e foi para isso que esta atividade contribuiu. Como primeiro problema comum, as jovens identificaram a falta de higiene e cuidado da imagem pessoal, tendo referido que “nunca tive ninguém que me ensinasse a lavar bem o cabelo” (Teresa); “muitas de nós não se sabe vestir de forma correta” (Luana); “gostava de me sentir melhor comigo própria” (Onika); “não gosto de mim assim, engordei tanto” (Yasmine); “gostava de ir caminhar lá fora sempre que me apetecesse” (Fred); “temos muito a melhorar a esse nível, mas precisamos de ajuda” (Núria). Para além disso, as jovens foram</p>
--	--

	<p>partilhando que gostavam de estar e falar com profissionais da área da saúde sobre várias questões, bem como “ir mais vezes ao cabeleireiro” (Ariana).</p> <p>Como segundo problema, as jovens referiram o facto de existir comportamentos desadequados por parte delas, bem como a existência de relações menos positivas, tendo referido que “não gosto nada quando há comportamentos maus” (Sacaninha); “a nossa relação muitas vezes é péssima” (Bianca); “temos muitos conflitos umas com as outras” (Ariana). As jovens foram partilhando a presença de conflitos entre elas, bem como as relações menos positivas como dos pontos menos positivos da casa.</p> <p>Como terceiro problema referiram a falta de reconhecimento por parte dos profissionais da equipa educativa em relação a elas. Ao falarem sobre o problema, as jovens referiram “às vezes não são capazes de nos reconhecer, nem a nós nem aos nossos bons comportamentos” (Lia); “só dão atenção ao que fazemos menos bem” (Núria); “gostava de ser valorizada pelo que faço bem e não apenas ser recriminada pelo que faço mal” (Fred); “às vezes nem dá vontade de me esforçar” (Luana).</p> <p>Relativamente ao problema do baixo nível de desenvolvimento moral, as jovens ao debaterem e ao refletirem sobre ele referiram “ela não tem consciência disso” (Luana); “estas miúdas não sabem pensar nos outros” (Núria); “só pensam nelas” (Bianca). A inexistência de um espaço onde pudessem discutir diversas situações foi outro dos problemas dos quais as jovens se debruçaram, tendo referido que “não falamos de assuntos que nos fazem pensar mais além” (Luana); “casos das nossas vidas, casos da casa” (Fred); “era importante discutirmos casos que nos fizessem pensar, que nos fizessem tomar posições e pensar sobre elas” (Yasmine). As jovens foram referindo que esses problemas surgiam pela “falta de noção” (Bandeirinha Júnior) e também pelo facto de não haver tempo para se refletir sobre as variadas situações. Para além disso, as jovens foram referindo que achavam pertinente a discussão de casos e o facto de se sentirem mais preparadas para dar a sua opinião.</p>
--	---

	<p>Como sexto problema identificaram o excesso de regras na casa. Ao debatê-lo, as jovens referiram que “não faz sentido haver tantas regras” (Núria); “algumas regras não têm sentido nenhum” (Lia); “é um exagero as regras todas que existem” (Yasmine); “numa casa isto não é assim” (Fred); “uma coisa é tirarem-nos o tabaco ou assim... outra coisa é tirarem-nos da nossa família” (Lili). Ao longo da reflexão deste problema focaram-se, principalmente, nas regras da cozinha, da sala dos educadores, dos castigos coletivos, da inibição do telemóvel e das regras das visitas e chamadas telefónicas.</p> <p>Como sétimo problema comum, as jovens identificaram a pouca autonomia por parte delas, tendo referido que “eles aqui não preparam para nós irmos lá para fora” (Bandeirinha Júnior); “estamos muito tempo fechadas” (Lia); “não está a ser trabalhado absolutamente nada comigo” (Luana); “a única coisa que eu vi que trabalharam comigo foi: a partir de hoje não te carregamos o passe, vais tu...” (Lia); “eu cheguei lá fora e já não me lembrava o que era apanhar um autocarro (...) nós chegamos lá fora e parece que estamos a conhecer o mundo. Estás a ver tipo um bebé quando está a conhecer o mundo, ele não gosta de pôr os pés na relva porque faz cócegas e basicamente é isso que sentimos quando saímos... não tive ninguém que me dissesse para apanhares o autocarro tens de ir por aqui...” (Lia). Estas expressões, embora tivessem sido referidas pelas jovens identificadas, eram expressões bastante comuns quando tentávamos explorar esse assunto com todas elas.</p> <p>Como oitavo problema, referiram o facto de a sala de isolamento não ter as melhores condições. Sobre esse problema, as jovens foram referindo que “eu penso que as paredes deveriam ser em esponja” (Ariana); “a sala tem algumas coisas que deveriam ser melhoradas” (Yasmine), trazendo a sua perceção de que embora a sala não fosse utilizada de forma regular, seria, ainda assim, pertinente pensar na reestruturação da mesma, tendo a Fred referido que “se é um espaço que por vezes temos de usar, faz sentido que tenha as condições que são precisas”.</p>
--	--

	<p>Como nono problema, identificaram a inexistência de uma sala de conforto na instituição. Na voz das jovens, “...eu só precisava de estar um pouco sozinha para me acalmar...” (Lili); “...a sala de time-out é importante, mas às vezes não é dessa sala que precisamos...” (Yasmine), sendo essa a opinião de algumas outras jovens, onde afirmavam que por vezes só precisavam de estar num espaço que lhes trouxesse bem-estar.</p> <p>Por fim, identificaram o facto de o modelo ser visto como um “jogo”. As jovens foram consensuais ao referir que este problema existia na cabeça de todas, tendo trazido como expressões “eu já percebi e aprendi como se joga, agora é só marcar pontos” (Ariana); “para mim o que se vive aqui é um autêntico jogo” (Onika); “todas nós vemos isto como se fosse um jogo” (Lili).</p> <p>Após a identificação dos problemas, ao longo desses momentos, fomos, também, tentando com que as jovens para cada um deles identificassem o que achavam que estava na origem dos mesmos, bem como as consequências que tais problemas, na visão delas, traziam. Explicando-lhes que isso as ajudaria a priorizar os problemas, de modo a conseguirmos construir o caminho a seguir.</p> <p>Assim, sobre o primeiro problema relativo à falta de higiene e cuidado da imagem pessoal, como origem desse problema as jovens referiam que estava relacionado com o facto de os profissionais não verem a saúde num sentido mais amplo, com a falta de conhecimento sobre os cuidados a ter com o corpo, com o facto de algumas não terem preocupação consigo próprias, e também a falta de vontade e falta de motivação de algumas jovens para cuidarem de si. Como consequências, as jovens referiram o facto de não se sentirem bem consigo próprias, de poder trazer grandes consequências para todas elas, e também os sintomas referindo-se à disposição física e mental que prejudicavam o seu bem-estar. Ademais, acrescentaram como consequências desse problema, o facto de surgirem com preocupações, o facto de se sentirem com menos confiança, com menos satisfação com a vida, bem como com menor perceção de qualidade de vida.</p>
--	--

	<p>Sobre o problema relacionado com o facto de existir comportamentos desadequados por parte delas, bem como a existência de relações menos positivas, referiram que de entre os motivos desse problema estava o facto de serem impulsivas, a dificuldade que tinham em controlar-se, o facto de não concordarem umas com as outras e os atos irrefletidos e irresponsáveis por parte delas. Para além desses motivos, também identificaram que na origem desse problema estava o facto de não compreenderem os limites na relação com os outros, o facto de não gostarem ou não se identificarem com as pessoas e a incompreensão que existia entre elas. Como consequências, trouxeram os resultados menos positivos que esse problema originava, tendo referenciado a criação de conflitos umas com as outras, a prática da violência física e verbal descontrolada, o facto de causarem um ambiente instável e frio e ainda e o facto de trazer sérias consequências para todas, tanto dentro da instituição, como na vida em sociedade. Para além dessas, ainda acrescentaram como consequências as medidas reparadoras que provocavam nelas sentimentos que caracterizavam como menos bons, como falta de educação, fúria, revolta e ansiedade.</p> <p>O terceiro problema apontado foi a falta de reconhecimento por parte dos profissionais da equipa educativa em relação às jovens, sendo que as jovens foram referindo como origem do problema o facto de os profissionais não reconhecerem os bons comportamentos e boas atitudes delas. As jovens referiam que era frequente situações que geravam o sentimento de falta de reconhecimento. E, perante isso, as consequências que apontavam para esse problema estavam relacionadas com os sentimentos de desmotivação e percepções menos positivas de si mesmas, o facto de se sentirem menos bem, tendo episódios de ansiedade.</p> <p>Como quarto problema, referiram o problema do baixo nível de desenvolvimento moral aliado ao problema da inexistência de um espaço onde pudessem discutir diversas situações. Como origem dos problemas apontaram o facto de os profissionais não lhes possibilitarem a construção de espaços onde elas pudessem discutir</p>
--	---

	<p>diversas situações da casa e da sociedade no geral. Quanto às consequências referiram o facto de, por vezes, não conseguirem pensar de forma crítica sobre as situações que as rodeavam, o não se sentirem bem para dar a sua opinião de forma espontânea, o facto de, na maioria das vezes, não conseguirem ter respeito umas pelas outras e o facto de não conseguirem trabalhar de forma conjunta, pois concentravam-se muito nas diferenças e nos preconceitos que tinham sobre umas das outras. Para além dessas, transmitiram ainda como consequências desse problema o facto de não debaterem assuntos, o facto de irem pouco além das discussões do dia a dia sobre a gestão e organização da instituição, a dificuldade que há em existir as capacidades de negociação, de debate e de resolução de conflitos.</p> <p>Como sexto problema, referiram o excesso de regras na casa. Como origem do problema referiram o facto de que as pessoas que determinavam as regras não tinham em consideração o impacto que as mesmas poderiam ter na vida das jovens e o facto de parecer que essas pessoas não refletiam sobre as normas. Como consequências, expuseram os sentimentos negativos que vivenciavam provocados tanto pelo excesso de regras como derivado ao facto de sentirem que algumas delas não tinham sentido, assim como o que esses sentimentos provocavam tanto em si no relacionamento com os outros. Assim, indicaram sentimentos como a raiva, a revolta, o isolamento, a tristeza e a desmotivação. Para além disso, também referiram como consequência a diminuição do seu compromisso para com a medida de promoção e proteção e as reações menos positivas com elas próprias, com as outras jovens e com os profissionais.</p> <p>Como sétimo problema, a pouca autonomia por parte das jovens, referiram como origem o facto de os profissionais apresentarem alguma dificuldade em trabalharem nesse sentido e de não lhes possibilitarem, por exemplo, ter liberdade para tomar decisões acerca do seu próprio processo de crescimento. Como consequências desse problema, as jovens referiram o sentirem-se pouco</p>
--	--

	<p>independentes, o não saberem gerir o tempo, o não terem iniciativa para se envolver na tomada de decisões, o não saberem cozinhar e conservar alimentos, o não saberem tratar da roupa, o não saberem que medicação têm de tomar e a que horas, o muitas vezes não acordarem autonomamente, o não respeitarem, na maior parte das vezes, a opinião dos outros, o terem sérias dificuldades em tomar decisões, e o facto de sentirem que acabam por não ter responsabilidade. Para além dessas, referiram também o facto de não saberem aproveitar a disponibilidade das informações e o facto de não se preocuparem em entender, algumas das vezes, o contexto da instituição, não conseguindo determinar estratégias assertivas para as suas trajetórias de vida, o facto de não questionarem, muitas das vezes, a realidade e o facto de não proporem coisas novas, pois referiam não ter a disposição para assumir as falhas que isso poderia acarretar.</p> <p>Para o oitavo problema que se prendia com o facto de a sala de isolamento não ter as melhores condições, as jovens referiram que na origem do problema estava o desconhecimento das pessoas sobre como deveria estar a sala construída e o facto de não perceberem que a sala servia como forma de aliviar o stresse e de descarregar a fúria que as jovens sentiam em determinados momentos. Relativamente às consequências desse problema, as jovens identificaram as lesões e o facto de ser um espaço desagradável e sentido como não seguro.</p> <p>Como nono problema, a inexistência de uma sala de conforto na casa, referiram que na origem do problema estava o facto de os profissionais não darem a devida importância ao facto de elas, por vezes, precisarem estar sozinhas para se autorregular. Como consequências, apontaram o facto de não terem um espaço onde se podiam acalmar e controlar-se, o facto de criarem conflitos umas com as outras e o facto de se sentirem mais ansiosas e nervosas quando estavam em contacto com as outras jovens no mesmo espaço.</p> <p>O décimo problema apontado foi o modelo ser visto como um “jogo”, sendo que referiram que a origem desse problema se prendia</p>
--	--

	<p>com o facto de o modelo instigar isso nelas. As jovens referiram que as consequências do problema eram o facto de as mesmas, muitas das vezes, não agirem em conformidade com aquilo que achavam ser o mais correto, de terem boas notas só para ter privilégios e de muitas vezes, não demonstrarem bem quem eram enquanto pessoas individuais e enquanto pessoas pertencentes ao grupo.</p> <p>Vale a pena ressaltar que foi crucial garantir que todas as jovens tinham o conhecimento das informações partilhadas ao longo destes momentos para que depois fosse, então, possível o próximo passo que consistiu na priorização dos problemas. Assim, posteriormente, foi pedido às jovens que, nesses momentos ora individuais ora conjuntos, ao longo do seu quotidiano, e tendo em consideração tudo o que fora mencionado por todas até ao momento, que pensassem e refletissem sobre os problemas identificados de modo a priorizá-los. Para além disso, nesta tarefa foi importante aconselhar as jovens a terem em atenção a relevância e a urgência que atribuíam aos problemas, de modo a garantir que a priorização fosse ao encontro das suas necessidades.</p> <p>As jovens foram referindo, de forma rápida e consensual que o problema que consideravam menos urgente seria o que estava relacionado com as regras na instituição, tendo a Gaiata e a Luana partilhado com as outras jovens que, na sua opinião “as regras nas outras casas eram muito piores”. Também a Bianca explicou a sua perspetiva, referindo que “sei que precisamos de regras bem claras”. Para além disso, a Fred referiu que “se calhar há estas regras porque já experimentaram de outra maneira...já tive a oportunidade de ver que eles também vão tentando ver o que funciona melhor”, tendo a Alexandra acrescentado que “é verdade, eles vão mudando as regras para também ver o que é melhor e o que se adequa”. Após as outras jovens saberem estas opiniões das colegas, a Lili referiu que “elas acabam por ter razão e as regras acabam por ter algum sentido”, a Sacaninha expôs que “ainda hoje é o dia que quando eu não me lembro ou não percebo as regras vou ter com os educadores a perguntar e eles, normalmente, explicam-me”, a Núria transmitiu</p>
--	--

	<p>que “podemos não gostar muitas das vezes, mas somos muitas aqui e se as regras não existissem não sei como seria” e a Neuza acrescentou que “se não houvesse seria uma casa de malucas”. As jovens acabaram por reconhecer que as regras “fazem falta”, mostrando que compreendiam a pertinência das mesmas, tendo referido que “precisamos das regras porque nos orienta sobre como devemos agir” (Yasmine); “são importantes para nos orientar em vários momentos das nossas vidas. Servem para nos guiar e evitar que cometamos comportamentos que ponham em risco o nosso bem-estar e o das outras pessoas” (Onika); “elas servem para nos dar limites, que tanto precisamos” (Luana). Ademais, as jovens transmitiram que havia esforço por parte dos profissionais em definir regras claras e concretas, embora não fossem, muitas das vezes, compreendidas ou aceites da melhor forma ou da mesma maneira por todas, para que elas não tivessem dúvidas sobre o que deviam ou podiam fazer, bem como as consequências do seu não cumprimento eram claras para as jovens. Concluimos também que, embora fosse um problema comum, não era um problema a priorizar, dado que na altura era discutido e refletido nas “assembleias da casa” e no qual as jovens gostavam de estar mais envolvidas, reconhecendo que “toda a casa deve funcionar com regras, pois isso vai preparar-nos para irmos lá para fora e para estarmos melhor nas nossas casas, nas escolas e nos locais de trabalho” (Lia), sendo que várias das jovens acabaram por partilhar essa ideia trazida pela colega.</p> <p>O segundo problema que as jovens acabaram por concordar que seria, na altura, um dos menos importantes a trabalhar foi a “pouca autonomia por parte das jovens”, tendo referido que “não é que não seja importante, claro que é, mas eles estão a tentar fazer de outra forma” (Luana); “estou a ter a oportunidade de ir mais vezes para a cozinha” (Núria); “muitas de nós já acorda com o seu próprio despertador” (Lia); “às vezes, por nós próprias, vamos ter com os educadores a dizer que temos de tomar a medicação e já nos dirigimos para a sala de medicação sozinhas, após as refeições”</p>
--	--

	<p>(Sacaninha); “acho que é um problema que têm de ser eles a começar digamos assim” (Bandeirinha Júnior). Para além disso, a Pipoca Mendes partilhou a ideia de que “se virmos bem tudo o que tivermos a possibilidade de trabalhar aqui será também para o bem da nossa autonomia”, tendo sido uma explicação que as restantes jovens acabaram por concordar.</p> <p>Em relação ao problema “a sala de isolamento não ter as melhores condições” foi outro dos problemas assinalados como menos urgente, sendo que as jovens foram referindo que “não está totalmente bem, mas podia ser pior” (Yasmine); “não me importo que a sala seja assim” (Lia); “sempre conheci a sala assim, por isso, não é algo que me incomode assim tanto” (Luana); “sei que às vezes podemos sair magoadas de lá, mas desde que estou cá não me apercebi dessa situação”; “essa sala serve para recarregarmos as baterias, como costume dizer e como ela está agora dá para fazer isso...essa sala acaba por nos dar um momento de sossego após um momento mau” (Ariana). A Núria acrescentou que “na minha opinião isso também é muito um assunto que tem de ser mais da responsabilidade das doutoras e assim” e para a Bianca “isto não é prioritário, porque a sala não é usada com muita frequência. Temos outros problemas bem mais preocupantes”.</p> <p>Relativamente aos últimos dois problemas anteriormente identificados e explorados, as jovens foram transmitindo que o quarto problema menos importante, na sua perceção seria a “inexistência de uma sala de conforto na casa”, uma vez que, “até agora nunca tivemos uma sala dessas” (Gaiata); “acredito que nos fizesse bem, mas também acho que não é das coisas mais importantes” (Luana); “acabamos por ter o nosso espaço para nos acalmar quando nos deixam ir até ao quarto” (Núria); “acho que nem todas iam recorrer a essa sala” (Pipoca Mendes). E por fim, o problema relacionado com o facto de “o modelo ser visto como um “jogo”, era também um dos quais consideravam não ser tão urgente. Sobre esse, para as jovens, “não vale a pena trabalhar esse pois não conseguiremos alterar nada” (Ariana); “tem de partir deles o pensar</p>
--	---

	<p>de forma séria nesta questão” (Bianca), sendo que as restantes jovens foram concordando com essas afirmações, não expondo mais nenhuma justificção para a sua não priorização.</p> <p>Desta forma, em concordância, as jovens foram concluindo que os problemas que deveriam ser priorizados era a falta de higiene e cuidado da imagem pessoal, o comportamento desadequado por parte das jovens e as relações entre elas, a falta de reconhecimento por parte dos profissionais da equipa educativa em relação a elas e a inexistência de um espaço para discussão de diferentes situações que, no decurso da sua exploração, foi aliado ao problema do baixo nível de desenvolvimento moral. As jovens acabaram por refletir que com este exercício que foi ocorrendo em diferentes momentos, foi mais fácil para pensar nos problemas, ajudando-as a priorizar os problemas anteriormente identificados e refletidos. Na voz delas, “são problemas que estão relacionados com todas nós” (Bandeirinha Júnior); “são problemas que nos afetam a todas de uma maneira ou outra” (Ariana); “é mesmo importante trabalhar nestas questões para nos sentirmos melhor connosco próprias e com os outros” (Lia); “na minha opinião, neste momento, são os problemas mais urgentes” (Onika); “se não os trabalharmos aqui teremos sempre mais e mais dificuldades lá fora” (Luana); “mas os profissionais têm que nos ajudar também” (Gaiata). Não obstante, todas elas consideravam que ao investir-se nestas dimensões, estaríamos a contribuir para a sua autonomia a nível pessoal e social, sendo que partilharam que “são os mais importantes para a nossa ida lá para fora e para o nosso futuro fora daqui” (Luana), sendo esta uma visão partilhada pelas restantes jovens.</p> <p>Ao finalizar estes momentos, transmitimos às jovens que, devido a várias circunstâncias, inevitavelmente o Projeto não poderia ser desenvolvido com todas elas, explicando que haveria critérios de seleção e que só participaria quem estivesse disponível.</p>
--	---

APÊNDICE E: SELEÇÃO DE JOVENS PARA A PARTICIPAÇÃO NO PROJETO

Sessão com as Jovens – “Participar com responsabilidade: a minha decisão”	
Local	Sala de aula da Instituição.
Data e hora	7 de fevereiro de 2019; 20h-21:30h.
Presenças	Alexandra, Ariana, Bandeirinha Júnior, Bianca, Fred, Gaiata, Lia, Lili, Luana, Neuza, Núria, Onika, Pipoca Mendes, Sacaninha, Teresa, Yasmine.
Descrição	<p>Depois dos diferentes momentos que nos possibilitaram a identificação e a priorização dos problemas e tendo em consideração os problemas priorizados pelas jovens, foi importante termos a consciência de quem nem todas elas poderiam participar no Projeto. Assim, teve que se selecionar o grupo de jovens que participaria no Projeto. Após realizarmos algumas conversas intencionais com os diferentes profissionais da Instituição, com o intuito de conseguirmos perceber qual era a sua opinião relativamente à participação das jovens no Projeto, percebemos que, embora na sua perspetiva todas as jovens beneficiariam, de alguma forma, com a participação no Projeto, isso dificilmente seria exequível, devido ao próprio funcionamento da casa, às regras, às rotinas, bem como à disponibilidade das diferentes jovens. Por isso, concedendo a devida importância a esses aspetos dialogados com os profissionais e tendo em consideração o dia a dia das jovens, todas as jovens foram convidadas a participar numa sessão que ocorreria no dia 7 de fevereiro após a hora de jantar, para podermos contar com a presença de todas.</p> <p>Então, no dia 7 de fevereiro realizámos a sessão com as jovens. Porém, a Larissa não esteve presente na sessão, uma vez que se encontrava em fuga.</p> <p>Num primeiro momento da sessão perguntámos às jovens se elas estavam disponíveis e interessadas para fazer uma chuva de ideias,</p>

	<p>partindo de algumas questões relativas aos problemas priorizados, com o objetivo de elas exporem o que quisessem em relação aos mesmos, sendo que todas elas referiram que sim, algumas com maior entusiasmo que outras. Depois, transmitimos que era importante que elas se sentissem à vontade para partilhar o que quisessem relativamente aos assuntos e dissemos que quanto mais ideias surgissem melhor, partilhando com elas que através deste momento e através dos pensamentos delas iriam surgir boas ideias. Todavia, achamos importante referir que algumas das ideias podiam ter pouca viabilidade, mas que neste momento, o mais importante seria que elas sentissem liberdade para falar e que esse aspeto só seria tido em consideração num momento posterior.</p> <p>Tendo colocado a hipótese que nos poderíamos esquecer de algumas das ideias que fossem partilhadas e assumindo que todas elas seriam importantes para guiarmos os passos seguintes, questionamos as jovens se não se importavam que tivéssemos uma folha e caneta com o intuito de irmos registando o que ia sendo dito, ao qual as jovens referiram que não se importavam.</p> <p>Como já foi referido partimos de questões orientadoras sobre os problemas priorizados. Assim, as questões de partida foram: “o que é a higiene pessoal?”; “o que significa para vocês ter boa higiene e cuidado pessoal?”; “sentem que têm esse cuidado?”; “o que entendem por relação?”; “o que é que vocês consideram boas relações?”; “sentem que têm/constroem boas relações?”; “o que entendem por reconhecimento?”; “porque é que se sentirem reconhecidas é importante?”; “o que entendem por discutir?”; porque é que consideram importante discutir e refletir acerca de diferentes situações?”. Ao longo da sessão foi importante nos certificarmos de que as jovens percebiam as questões que estavam a ser levantadas, sendo que em alguns momentos foi preciso reformular algumas delas utilizando vocabulário mais simples e tivemos de estar disponíveis para as repetir as vezes que foram necessárias. Diferentes jovens foram voluntariando-se para escrever</p>
--	--

	<p>no quadro as ideias que foram surgindo relativas às diferentes questões.</p> <p>A Ariana, tendo em consideração as ideias que as colegas transmitiram sobre as duas primeiras questões, escreveu no quadro que a higiene pessoal era “coisas que podemos fazer para nos protegermos e nos sentirmos bem” (Pipoca Mendes); “tomar banho todos os dias” (Bandeirinha Júnior); “lavar os dentes” (Neuza); “cuidar do nosso cabelo, cortar e limpar as unhas” (Yasmine); “cuidar da nossa higiene íntima e usar roupa limpa” (Ariana); “uma coisa importante” (Teresa); “os cuidados que devemos ter com o nosso corpo” (Sacaninha); “para mim higiene é limpeza” (Núria); “acho que não é só o tomar banho ou o lavar os dentes, também é o cortar as unhas, o cabelo, o fazer exercício, o ter cuidado com o que comemos e o dormir” (Luana); “na minha opinião significa mantermos o nosso corpo limpo e saudável...se tivermos boa higiene evitamos doenças” (Fred); “importante para melhorar a nossa aparência e para nos sentirmos melhor” (Bianca); “higiene é saúde e beleza” (Lia). Para além disso, referente ao cuidado pessoal também referiram que “também é sabermos nos maquilhar” (Ariana); “pentear” (Lili). Relativamente à terceira questão, as jovens foram consensuais ao referir que “não”, afirmando que sabiam e que tinham a consciência de que, na maior parte das vezes, não tinham esse cuidado com elas próprias. Perante as respostas relativamente rápidas a essa questão, a jovem Lia referiu que “precisámos de mais conhecimento como tratar de nós”; “para cuidarmos do nosso corpo é preciso olharmos para nós, mas também precisamos de conhecimento” (Onika); “também queria ter mais conhecimento sobre as doenças” (Núria); “era importante entendermos a importância de cuidarmos da imagem pessoal” (Bianca); “a aparência diz muito de uma pessoa” (Ariana), sendo essas ideias partilhadas por todas as jovens. Depois, debruçamo-nos algum tempo sobre a importância do cuidado pessoal, reforçando a ideia de que era pertinente entendermos que todo o processo do cuidado pessoal deveria ser contínuo e que a higiene era essencial para que</p>
--	---

	<p>elas se sentissem bem e interagissem de forma saudável com as outras pessoas. Para além disso, as jovens acrescentaram que, na opinião delas, era importante cuidarem da sua autoestima.</p> <p>A Núria voluntariou-se para escrever no quadro as ideias relativas às três questões seguintes relacionadas com o relacionamento interpessoal. Sobre a questão “o que entendem por relação”, as jovens referiram “a maneira como estamos com os outros” (Lia); “tem a ver com a forma como convivemos” (Pipoca Mendes); “é um relacionamento entre pessoas...também tem a ver com a forma como se tratam e falam, comunicam” (Onika); “temos relações diferentes com as pessoas” (Bianca); “relação tem a ver com sentimentos” (Ariana). Posteriormente, escreveu que para se ter boas relações era preciso “saber ouvir” (Núria); “deixar os outros dar opinião” (Luana); “ter calma e respeito” (Pipoca Mendes); “colocarmo-nos no lugar do outro” (Lili); “respeitar as diferenças” (Fred); “falar bem” (Bandeirinha Júnior); “sermos pessoas de confiança” (Gaiata); “preocuparmo-nos com as pessoas” (Bianca); “sorrir” (Teresa); “não fazer provocações” (Yasmine); “conquistar a confiança” (Sacaninha); “ter cuidado com o que dizemos e com os gestos que fazemos” (Luana); “saber os limites das brincadeiras” (Lia); “não ser queixinhas” (Ariana). As jovens, de forma unânime, referiram que “não, não temos boas relações”, apresentando vários motivos que estavam na base dessa afirmação. De forma sucinta, não construíam boas relações entre elas, pois, alimentavam disputas e conflitos; não sabiam dialogar de uma forma correta; tinham dificuldade em escutar-se; eram arrogantes umas com as outras; falavam muito alto; não consideravam nem valorizavam as opiniões umas das outras; muitas vezes, não estavam disponíveis para ouvir-se; diziam não ter paciência umas para as outras; direcionavam palavras e gestos “feios” umas às outras; não sabiam equacionar os limites nas brincadeiras que tinham; quando estavam diante de diversas situações reclamavam, o que na opinião delas, fazia com que, por vezes, se afastassem umas das outras. Foi possível perceber que para responder às questões, na maioria das vezes, restringiram-se à sua</p>
--	--

	<p>experiência na CAR, trazendo para o centro da discussão o que vivenciavam nos seus relacionamentos umas com as outras no interior da casa. Refletimos que a capacidade para se construir bons relacionamentos requeria auto e heteroconhecimento, para se lidar com diferentes pessoas, diversas ideias, percepções e valores. Nesse seguimento, as jovens foram partilhando que o construir boas relações entre elas se constituía um desafio diário. Para além disso, tentámos refletir a importância de estarmos recetivos para aprendermos com as pessoas e na relação com elas, de lidar com elas, bem como lidar com os conflitos, considerando que eles eram inevitáveis. Concluimos também que o ambiente entre elas influenciava, de forma inevitável, o comportamento das mesmas, sendo que refletimos que a forma como estamos uns com os outros e como nos relacionamos pode ser um fator determinante para o nosso bem-estar.</p> <p>A Pipoca Mendes voluntariou-se para registar os tópicos que surgiram em torno da questão do reconhecimento, tendo escrito que o reconhecimento era “elogiar” (Ariana); “uma forma de nos sentirmos valorizadas” (Luana); “uma maneira de sentirmos que somos únicas e especiais” (Lia), sendo ambas as ideias partilhadas por várias jovens. Referiram que era importante se sentirem reconhecidas porque “dá-nos motivação para continuar” (Núria); “precisamos de respeito e de carinho” (Alexandra); “assim somos capazes de ver as nossas qualidades” (Bianca); “ajuda-nos a crescer e a estar com segurança” (Lia); “traz-nos felicidade” (Yasmine). As jovens também partilharam que não precisavam que o reconhecimento fosse a cada instante, mas reforçaram a importância de lhes ser dito quando estavam bem e o que faziam bem. Concluimos que era importante nos valorizarmos também para poder reconhecer, simultaneamente, o valor das outras pessoas. Ou seja, refletimos sobre a importância do reconhecimento próprio, a importância de sabermos que somos pessoas merecedoras de conquistas e de felicidade. Para além disso, tentámos expor que também era essencial sabermos oferecer o reconhecimento aos</p>
--	---

	<p>outros, na medida em que, devemos valorizar os outros como pessoas, acreditando nelas e respeitando-as.</p> <p>Por fim, a Luana ouvindo atentamente as ideias que as colegas trouxeram sobre as duas últimas questões, escreveu no quadro que discutir para elas significava “falar sobre assuntos” (Luana); “analisar situações” (Bianca); “levantar questões” (Ariana); “trocar ideias” (Onika); “defender as nossas opiniões” (Pipoca Mendes); “dialogar, debater e trocar ideias” (Bianca); “pensar antes de falar” (Fred) “ser justas” (Núria). Sobre a outra questão, consideravam pertinente discutir e refletir acerca de diferentes situações, uma vez que era “uma forma de respeitar as opiniões” (Sacaninha); e porque “nos faz pensar” (Yasmine); “temos de encontrar argumentos” (Onika); “é uma forma de mostrarmos as nossas ideias” (Lia); “nos obriga a ouvir e a compreender a posição dos outros” (Luana); “temos de tentar falar de forma clara” (Bandeirinha Júnior); “temos de tentar não ofender” (Lili). Refletimos que a discussão e reflexão de situações podia possibilitar novas oportunidades de crescimento e desenvolvimento. Ademais, falamos que valores como a cooperação e a responsabilidade poderiam ser despertados em espaços que estimulasse discussões saudáveis.</p> <p>Achamos importante referir que ao longo desta sessão tentámos organizá-la e orientá-la, tentando contornar e evitar momentos de censura entre as jovens. Ademais, embora o ambiente na maior parte do tempo tivesse sido tranquilo, foi crucial ir lembrando as jovens que era importante participarem de forma cordial e ordenada. As jovens identificaram a importância que esta sessão teve para elas, tendo a Núria trazido uma ideia consensual para o grupo “permitiu-nos falar sobre coisas que, de alguma forma, já estavam como que arrumadas nas nossas cabeças...”, tendo a Luana acrescentado que “fomos tendo coragem para participar e isso para mim é muito importante”. Gostaríamos também de partilhar um aspeto curioso que ocorreu durante a sessão: várias das jovens foram registando nos seus cadernos as ideias que surgiram.</p>
--	--

	<p>Dissemos que o Projeto ia ser desenvolvido com algumas das jovens, sendo explicado que a participação era voluntária e que, portanto, era o momento em que gostávamos de saber quem estava mais motivada e interessada para participar. A manifestação de interesse das jovens foi expressa de várias maneiras, sendo que a Luana referiu de imediato “eu gostava de participar porque acho que me fará bem a mim e ao grupo. Sinto que trabalhar estas coisas é importante para a nossa autonomia. Para sabermos estar no mundo, temos de saber estar com os outros”. A Pipoca Mendes referiu que “eu penso como a Luana. Acho que participar será uma grande ajuda a vários níveis”. A Núria expôs que “eu quero participar, pois sei que isso são assuntos sérios que, por vezes, nos atrapalham. Por isso, acho que este Projeto poderá ser uma mais valia para todos e, principalmente, para mim, em vários sentidos”. A Ariana referiu que “eu também gostava de participar. Acho que é uma boa oportunidade para cada uma de nós e para o grupo”. A Yasmine partilhou, igualmente, a sua vontade em envolver-se, participando, referindo que “estou pronta para participar, tenho gostado do que fazemos juntas”. A Fred demonstrou ter consciência de que a sua participação no Projeto seria pertinente, mencionando que “por tudo o que temos vindo a falar, além de gostar de participar, eu tenho a consciência de que preciso de participar, para o meu bem e para o bem das outras pessoas”.</p> <p>No dia seguinte, conversamos com as equipas de profissionais com o propósito de devolver-lhes como tinha corrido a sessão e para lhes transmitir o grupo que estava criado, sendo que os profissionais foram transmitindo que embora concordassem com o grupo já criado, consideravam importante que outras jovens integrassem o grupo. Assim, nessas conversas com os profissionais, a Diretora técnica referiu que “na minha opinião seria importante que todas participassem, mas nem sempre é possível”; o Ed. Lucas e o Ed. Filipe consideraram pertinente que a Lili e a Gaiata integrassem o grupo; a Dra. Carminho sugeriu que a Bandeirinha Júnior também integrasse o grupo; a Ed. Cláudia referiu que seria bom para a</p>
--	--

	<p>Sacaninha fazer parte do grupo. Desta forma, e tendo em consideração o que as jovens nos foram transmitindo relativamente à sua posição acerca dos problemas, achámos importante conversar com essas jovens individualmente para ver se elas demonstravam interesse. Inicialmente todas elas se mostraram com resistência e desinteressadas para participar, sendo que expressaram que se devia ao facto de não se sentirem muito à vontade para expressarem as suas opiniões – “tenho vergonha de falar” (Lili); “eu até posso entrar, mas estarei calada” (Bandeirinha Júnior). Porém, após dedicarmos tempo e disponibilidade para as ouvir, as jovens mostraram-se recetivas para participar, referindo que a sua participação até poderia trazer-lhes algumas vantagens, como “pensar sobre assuntos da casa e da sociedade” (Gaiata); “conviver melhor umas com as outras” (Lili); “ter mais paciência com as outras” (Bandeirinha Júnior); “ajudar-me a mim e a elas a termos mais atenção connosco próprias” (Sacaninha). Foi-lhes transmitido que poderiam participar na medida em que quisessem e desejassem.</p> <p>O grupo de participantes no Projeto ficou assim encontrado, fazendo parte dele a Ariana, a Bandeirinha Júnior, a Fred, a Gaiata, a Lili, a Luana, a Núria, a Pipoca Mendes, a Sacaninha e a Yasmine.</p> <p>Refletimos que a participação empoderada das jovens dependeu dos espaços disponíveis, bem como das oportunidades que tiveram para se expressarem e serem ouvidas relativamente ao que era sentido por elas como problemas, sendo que as mesmas transmitiram que estas oportunidades lhes deram mais confiança e vontade para participar no Projeto.</p>
--	---

APÊNDICE F: CARACTERIZAÇÃO DAS JOVENS PARTICIPANTES NO PROJETO - UM UNIVERSO DE HISTÓRIAS DE VIDA

Observando e convivendo intencionalmente com as jovens foi possível constatar que se tratava de um grupo heterogêneo no que dizia respeito às suas trajetórias de vida, constituindo-se um universo muito grande de histórias. É de referir que a caracterização apresentada foi fruto da leitura cuidada de informações relativas ao acolhimento, das nossas percepções, das percepções dos vários elementos das ET, EE e EA, das próprias jovens, bem como das suas famílias. Estas caracterizações co-construídas acerca das verdadeiras protagonistas deste Projeto, fazem com que as pessoas compreendam que não podemos nem devemos ter um olhar vazio, cego, perante os vários trajetos.

A Ariana

A Ariana nasceu em janeiro de 2004, e tinha 15 anos. Encontrava-se institucionalizada desde 2016, tendo integrado a CAR em junho de 2018. Através das informações do PSEI da jovem, os pais separaram-se quando esta tinha 7 anos, havendo um historial de violência doméstica. Aquando da separação a jovem ficou com a mãe que engravidou rapidamente do novo companheiro, descurando e negligenciando os filhos. Através da mesma fonte, os irmãos passaram a ficar à guarda do pai tendo a Ariana apresentado comportamentos de desafio, agressividade e desinibição sexual, sendo que há relatos de agressões do pai contra a jovem quando esta apresentava comportamentos desadequados. O irmão da jovem também se encontrava institucionalizado a aguardar julgamento por processos pendentes de furtos e agressões. Em conversas com a Ariana, percebeu-se que a mesma admirava o irmão e considerava-o como um exemplo a seguir. A jovem em conversas intencionais admitiu que tinha um comportamento desafiador em relação ao pai e afirmava que este era violento para com ela. Já a relação com a progenitora, a jovem descrevi-a como conflituosa, dado que esta não aceitava os comportamentos da Ariana.

Através de conversas intencionais com os profissionais, é de referir que a integração da mesma foi pautada por alguma instabilidade comportamental. Tal, também era evidenciado pela jovem quando afirmava que antes era muito

impulsiva, passando com alguma facilidade para a agressão verbal e, em determinadas situações, para a agressão física. Foi possível observar que a jovem se envolvia em conflitos com o grupo de pares, bem como com os profissionais, salientando-se, de acordo com os profissionais, um padrão persistente de oposição e desafio, sobretudo com as figuras de autoridade. A Ariana referiu que inicialmente perdia com facilidade o controlo, tendo os profissionais acrescentado que revelava uma baixa tolerância à frustração. Todavia, os mesmos também salientavam que com o tempo a Ariana tinha revelado esforço para se controlar, destacando-se, no entanto, a dificuldade em gerir as contrariedades que lhes eram dirigidas e apresentadas. Na perspetiva dos profissionais, quando as atividades eram do interesse da jovem a mesma participava de forma ativa e dinâmica, revelando empenho. Não obstante, também referiram que quando as atividades não estavam de acordo com as suas expectativas, a mesma acabava por perturbar o funcionamento das mesmas.

Pelo que se pôde constar no relatório social, a Ariana encontrava-se a cumprir terapêutica medicamentosa para o controle de impulsos, hiperatividade e défice de atenção. Paralelamente, a jovem também beneficiava de acompanhamento psicológico na CAR, sendo que nas palavras da Dra. Rita, pretendia-se que a jovem pudesse encontrar um espaço de partilha onde eram trabalhadas estratégias de superação dos desafios que lhes eram colocados diariamente, facilitando o seu bem-estar psicológico e emocional. Ainda de acordo com a mesma profissional, a jovem em consultas era colaborante e refletia sobre novas estratégias para os dilemas que lhes surgiam, mas tinha dificuldade para os colocar em prática. Os profissionais referiam que a jovem demonstrava ter dificuldade em controlar a ansiedade e em parar ciclos de discussão. Em reuniões de equipa falou-se do facto de se perceber que o progenitor da jovem usava estratégias punitivas repressoras com a jovem, nomeadamente relativo à sua roupa, imagem e crenças sobre esta. Tendo-se desenvolvido num estilo autoritário-permissivo, relativamente às atitudes parentais, na perspetiva dos profissionais, era explicável a dificuldade da Ariana em dialogar e argumentar, escalando facilmente para a agressão física e verbal, o que dificultava em vários momentos a sua integração no grupo. A relação que a jovem tinha com o corpo e a imagem fazia os profissionais acreditarem que pudesse ter um desenvolvimento deficitário da sua autoestima. De salientar que

a jovem ao longo do tempo havia demonstrado grande disponibilidade para a mudança e aprendizagem de novos comportamentos. De acordo com os profissionais mais ligados à dimensão escolar, a Ariana nas aulas apresentava um bom comportamento, era interessada, organizada e empenhada, o que era facilitador para a conclusão dos módulos.

Através da observação participante foi possível constatar que a jovem contactava com regularidade o progenitor, considerando-se que esses contactos eram benéficos para o seu bem-estar. Porém, é de referir que a relação entre ambos era, por vezes, conflituosa com recurso a discussões, situação que deixava a Ariana agitada e triste. Sendo que as jovens adquiriam uma visita semanal de familiares, após três semanas do seu acolhimento, a Ariana recebia com alguma regularidade visitas do pai e da mãe. Os pais da Ariana descreviam a filha como uma jovem rebelde e muito impulsiva e ambos referiam que a jovem precisava de uma instituição mais contentora, capaz de controlar os seus comportamentos disruptivos, demonstrando preocupação face ao futuro da filha. De acordo com os profissionais, era premente que a Ariana aprendesse a atuar de forma socialmente responsável, incluindo o respeito pelo princípio de justiça e direito dos outros.

A Ariana referia ter consciência de que a sua passagem pela CAR estava a ser importante, sobretudo pela sua assiduidade escolar, bem como ao nível da sua estabilização comportamental. Apesar de referir que não estava a ser fácil permanecer na CAR, porque nas palavras dela “sempre beneficieei de muita liberdade, sem regras e limites”, reconhecia que se sentia bem, tendo estabelecido relações empáticas com alguns elementos, bem como fazia um esforço para se adaptar às regras e rotinas institucionais.

A Bandeirinha Júnior

A Bandeirinha Júnior, com 17 anos, tinha uma experiência precoce de institucionalização, acabando por ser institucionalizada nesta CAR em 2016. A jovem encontrava-se acolhida, juntamente com o seu irmão, numa associação desde o ano 2009, sendo que do percurso destes, segundo informações recolhidas junto dos vários profissionais, sabia-se que o seu agregado familiar era composto pela progenitora, pelo padrasto e por uma irmã. A mãe, através de informações do relatório social, era caracterizada pelos serviços como sendo

uma pessoa “instável a nível afetivo, estabelecendo uma séria de relações amorosas”. Relativamente às suas competências parentais apresentava grandes lacunas e frequentemente, através de conversas intencionais com os profissionais, tomou-se conhecimento que infligia maus tratos físicos e verbais aos filhos, não apresentando disponibilidade emocional para cuidar dos menores adequadamente, sendo negligente ao nível das necessidades básicas como na higiene, alimentação, educação e supervisão. Além disso, esta mãe era descrita como muito instável e imatura, tendo, por isso, as crianças, vivido num ambiente considerado “muito desorganizado”.

Com o objetivo de se cruzar dados, leu-se no relatório social acerca da história de vida desta progenitora, onde se ficou a saber que o percurso de vida desta mãe foi pautado por abandonos sucessivos na infância por parte dos progenitores, situações de abuso e institucionalizações. A sua família de origem era descrita como multidesafiada, onde era registado que os progenitores eram alcoólicos, as irmãs estavam ligadas à prostituição e havia ainda um irmão com a problemática da toxicodependência. A progenitora dos menores esteve institucionalizada em duas instituições até aos 16 anos de idade, realizando várias fugas e foi nesse período que conheceu um senhor viúvo de 40 anos de quem teve uma filha – a irmã de Bandeirinha Júnior. Pelas informações lidas, durante esse relacionamento ambas, mãe e filha, terão sido vítimas de violência física e a menor terá sido retirada por maus tratos, sendo mais tarde encaminhada para adoção.

Posteriormente, a progenitora iniciou um relacionamento com um senhor 20 anos mais velho, do qual teve dois filhos – a Bandeirinha Júnior e o seu irmão. Pelas informações dispostas, apesar de este senhor nunca ter vivido com a progenitora dos menores, assumia as despesas da habitação e da alimentação. Ao longo da relação que durou 8 anos foram diversos os episódios de conflito e violência entre o casal, sendo que os menores eram igualmente vítimas de agressões por parte dos pais. Terminada esta relação, a senhora juntou-se com um senhor, de origem indiana e fruto dessa relação nasceu uma menina. Pelas informações e através das várias conversas intencionais, nesse novo relacionamento continuou a verificar-se o mesmo padrão de violência doméstica e dependência económica. Foi perante a existência de sinais de que os menores estavam a ser negligenciados e a viver num ambiente conflituoso ao

nível familiar, com agressões físicas, quer da progenitora, quer do companheiro desta, que os meninos foram acolhidos numa instituição em 2005 por força de decisão judicial. Pelo relatório social, as visitas dos progenitores eram irregulares, não manifestando “...envolvimento afectivo com os menores e interesse nos mesmos”. Ainda de acordo com o mesmo relatório os progenitores opuseram-se à possibilidade de os menores virem a ser encaminhados para adoção, pelo que foi realizada avaliação psicológica, onde se concluiu a existência de limitações ao nível das competências parentais, quer afetivas, quer instrumentais. Além disso, era concluído que a progenitora apresentava dificuldades a nível cognitivo no domínio da conceptualização e juízo crítico. Devido a isso, de acordo com os vários relatórios, entendeu-se que os progenitores não dispunham de condições para o exercício das funções parentais de forma a não porem em causa o normal desenvolvimento dos filhos. No sentido dos menores se poderem desenvolver num ambiente familiar com condições dignas, de forma a assegurar o bem-estar psíquico e afetivo, do qual tinham direito, foi aplicada a medida de confiança a instituição com vista à futura adoção, sendo que deixou de haver lugar a visitas por parte da família natural, onde o último contacto com a família biológica foi em 2008.

De acordo com a ficha de sinalização desde o ano letivo 2015/2016 que a jovem Bandeirinha Júnior revelava comportamentos de oposição, não cumprindo regras e havia queixas sucessivas por parte dos docentes devido ao seu comportamento. Pelo discurso da jovem, não respeitava ordens, insultava os pares e professores, ameaçava colegas e de acordo com ela, os colegas diziam ter medo dela. Além disso, a jovem referia que houve uma altura em que se recusava a almoçar, saía da escola sem autorização, não obedecia a professores nem a auxiliares de ação educativa. Pelo que foi possível saber, essas posturas em tempos eram pontuais e a jovem reconhecia os seus erros, sendo que durante algum tempo, de acordo com os relatórios sociais, a Bandeirinha Júnior melhorava o comportamento. Contudo, foi desde janeiro de 2016 que tais acontecimentos passaram a ser sistemáticos e a jovem, de acordo com a mesma, afirmava mais veemente não querer saber, reforçando os seus comportamentos que eram considerados menos ajustados.

Na ficha de sinalização era registado que a jovem, em acolhimentos anteriores, desde sempre teve alterações de comportamentos, dificuldade em

aceitar chamadas de atenção e lidar com situações que requeressem resistência à frustração. De referir que esta percepção era tida também pelos profissionais da CAR que referiam que a postura da jovem com o passar do tempo estava a agravar-se, onde se verificava que os comportamentos desajustados eram mais frequentes, adotava comportamentos de agressividade verbal e física, tendia a utilizar palavrões para insultar os pares e adultos, ameaçava fisicamente, berrava de forma descontrolada e batia com as portas. Em conversas intencionais com a jovem, percebia-se, através do diálogo dela, que reconhecia que nos acolhimentos anteriores adotava posturas de oposição e desafio, referindo “...eu fazia o que queria...ninguém mandava em mim...não precisava de autorização”. Além disso, tinha a consciência de que adotava linguagem agressiva e imprópria na presença dos adultos e colegas, sendo que dizia saber que esses acontecimentos causavam mau estar, em especial nas crianças mais novas que se encontravam integradas na altura no lar. De acordo com a ficha de sinalização, nesses inúmeros episódios, em que a jovem era agressiva física e verbalmente para com os pares e adultos, na maioria das vezes, as crianças saíam lesadas nos “episódios de descontrolo” da Bandeirinha Júnior.

De acordo com as informações da ficha de sinalização, o primeiro lar em que a Bandeirinha Júnior esteve integrada não se adequava às suas reais necessidades. Era referido que a jovem apresentava sintomas de uma perturbação da vinculação e que aprendia a adotar um comportamento nas relações que a levava a confirmar nos outros a atitude de abandono que vivenciou por parte dos progenitores. Pelos documentos atentamente lidos, ao longo do percurso institucional da jovem, foi tentado desenvolver algumas ações com a mesma, nomeadamente: o acompanhamento da família amiga e estreita articulação com a mesma, a articulação com o serviço de adoções e acompanhamento de duas possibilidades de adoção (que se revelaram inviáveis), a articulação com a família adotante da irmã da jovem com a tentativa de se manterem esses laços. Além disso, também era referida a integração em contexto escolar e estreita articulação com a escola, o acompanhamento ao estudo em centro especializado, o acompanhamento no lar pelas equipas de profissionais, o acompanhamento em pedopsiquiatria e a participação em contextos lúdicos e recreativos (aulas de natação, aulas de basquete e zumba).

No que concerne à situação de saúde física e mental da jovem havia problemas de saúde diagnosticados. De acordo com conversas intencionais com profissionais da equipa técnica, os pedopsiquiatras que acompanharam em tempos a jovem, diziam existir “comportamentos de desafios e oposição de gravidade crescente em relação aos pares e cuidadores, quer na instituição quer na escola”, sendo que se tais comportamentos se mantivessem correr-se-ia o risco de a jovem desenvolver uma perturbação da personalidade. Para além disso, através de informações dos relatórios sociais, em 2013 foi diagnosticado à jovem uma perturbação emocional e de comportamento e perturbação de hiperatividade e défice de atenção. No mesmo ano, a psicóloga que acompanhava a jovem referia no relatório que se tratava de uma criança em risco de desenvolver uma perturbação do comportamento ou perturbação da personalidade anti social. Referentemente à saúde física, a jovem tinha diagnosticado psoríase.

De acordo com os profissionais a jovem possuía algumas competências de autonomia nomeadamente: deslocar-se sozinha, o tratar da roupa, o saber gerir dinheiro, realizar tarefas do cuidado pessoal e da casa, boa memória para decorar datas e diferentes responsabilidades (quando associado à saúde). Algumas necessidades identificadas na jovem pelos profissionais eram: a capacidade de se autorregular, melhorar hábitos de higiene, respeitar as regras de convivência, ser responsável pelos compromissos, estabelecer relações saudáveis e seguras com os pares, identificar e não adotar comportamentos de risco, organizar o tempo de estudo, conseguir ter em conta as necessidades do outro, saber aceitar diferentes opiniões e conseguir pensar em formas de regular os seus estados emocionais.

Através de várias conversas intencionais, ao longo do tempo que a jovem esteve acolhida na CAR, verificaram-se mudanças significativas. Aquando da sua integração a jovem não cumpria as regras e rotinas instituídas, sendo que de acordo com os profissionais, era recorrente o desrespeito e desafio pelas orientações dos adultos bem como apresentava dificuldades no controle dos seus impulsos. A jovem tendia a ter dificuldade em envolver-se nas atividades individuais e nas atividades coletivas.

Acerca da sua experiência nesta instituição, a jovem pronunciava-se várias vezes, dizendo “eu gosto de estar aqui, gosto das pessoas que estão cá e acredito

que esta foi a melhor instituição em que já estive, mas eu aqui já aprendi tudo o que tinha para aprender”, sendo perceptível o desejo da jovem em sair da instituição e a existência de um certo cansaço em fazer parte da instituição. Essa saturação, muitas vezes, era demonstrada por atitudes que não eram muito adequadas na interação com os outros, sendo que, nas palavras da jovem, havia o reconhecimento de que não agia da melhor forma em determinadas situações.

A Bandeirinha Júnior mantinha uma relação bastante forte e próxima com uma senhora que chamava sua “mãe do coração”. Contudo, era claro para a jovem que não poderia ir viver com a mesma, mesmo que isso lhe causasse alguma tristeza e um sentimento de desamparo. Foram vários os momentos em que estivemos ao lado da jovem, ouvindo o que esta nos queria contar. Entre muitas vivências compartilhadas, a jovem recordava-se dos tempos em que, de forma fácil, agredia e insultava as pessoas que eram da sua convivência diária, nomeadamente em contexto escolar e em contexto familiar. Era sabido que a jovem tinha um irmão mais velho, sendo que, no discurso dela, essa figura umas vezes era considerada importante e outras como indiferente.

A Fred

A Fred nasceu em fevereiro de 2004, e tinha 15 anos. Encontrava-se institucionalizada desde 2019. A partir das informações contidas na ficha de sinalização da jovem, foi possível tomar conhecimento que a jovem era acompanhada em pedopsiquiatria e em psicologia, sendo que de acordo com as informações clínicas, a jovem tinha um desenvolvimento cognitivo inferior ao esperado para a sua idade. Segundo os profissionais, os comportamentos desafiadores e as manifestações de agressividade eram alvo de estudo pela pedopsiquiatria, que assegurava ser apenas comportamental o motivo das queixas apresentadas acerca dos episódios de comportamento disruptivos da Fred. Todavia, a partir da leitura cuidada acerca das informações pessoais da jovem, não colocavam de parte a possibilidade do quadro da jovem evoluir para uma perturbação da personalidade, sendo que a jovem tomava um comprimido Seroquel por dia.

A Fred, de acordo com informação dos pais, sempre foi uma criança que se comportava dentro dos padrões de normalidade. Contudo, afastava-se do grupo de pares, isolava-se muito, as suas amizades eram maioritariamente

masculinas, assim como o gosto pelas brincadeiras eram tendencialmente jogos e brincadeiras típicas do sexo masculino. Os pais foram residir para uma casa construída em terreno contíguo à casa dos avós paternos, quando a Fred tinha 2 anos, sendo que pelas palavras da jovem, sempre conviveu com os avós, situação que se alterou em março de 2018 em resultado de desentendimentos familiares. Os pais adquiriram um imóvel e mudaram de casa, a Fred teve de mudar de escola, de amigos e ficou afastada dos avós. Este acontecimento, de acordo com o relatório social, coincidiu com o agravamento do mau comportamento por parte da Fred.

Através do relatório social da jovem percebeu-se que a mesma tinha estado integrada noutra instituição antes de vir para a CAR. Na antiga instituição, a jovem tinha comportamentos disruptivos que preocuparam cada vez mais a equipa técnica do lar. De acordo com a jovem, nesse acolhimento anterior, os profissionais tiveram de solicitar várias vezes a presença da PSP para, de acordo com a mesma, “controlar e conter os meus ataques de fúria”. A jovem também referiu que na outra instituição não estavam a saber lidar com ela, sendo que os profissionais lhe transmitiam que ela instalava o caos na casa, sendo que por isso sugeriram a mudança de instituição. Em conversa com as profissionais da equipa técnica, estas referiram que tinham a informação de que a Fred na antiga instituição colocava em perigo as restantes colegas, bem como todos os profissionais da casa. A jovem referiu que na outra instituição agredia as colegas, arremessava objetos, gritava, cantava, ladrava, danificava objetos e recusava-se a cumprir as regras impostas e a colaborar nas tarefas da casa. De acordo com as profissionais, a jovem manifestava alguma falta de consciência das consequências dos seus atos e comportamentos.

Pelas informações recolhidas através da leitura dos documentos e através das conversas intencionais com os profissionais, os comportamentos da Fred passaram a ter proporções preocupantes, sendo que a jovem manifestava resistência às regras impostas pelos progenitores e recusava-se a colaborar nas tarefas do quotidiano. Para além disso, era agressiva verbalmente com os pais e os irmãos e agrediu fisicamente o irmão mais novo, que por medo dormia com a porta do quarto trancada à chave. De acordo com os profissionais, a relação da Fred com os pais era frágil, para além de terem perdido a confiança na filha, temiam que a mesma tivesse comportamentos que a colocassem em perigo.

Relativamente à escolaridade no exterior, não havia registos de maus comportamentos em sala de aula, contudo, a jovem referia que participava de esquemas de tráfico de drogas, tendo verbalizado que a sua função se cingia ao transporte da droga para o interior da escola, para a distribuir nos cacifos, recebendo dinheiro.

Na opinião dos profissionais, a jovem revelava falta de competências que lhe permitissem avaliar os seus comportamentos, não identificando as situações de perigo em que se colocava.

A Gaiata

Institucionalizada desde 2016, a jovem tinha 17 anos. A data de admissão da jovem Gaiata na CAR tinha sido em 2017. A Gaiata era a filha mais nova de quatro irmãos, todos de pais diferentes, sendo que a jovem desconhecia quem era o seu pai. Através do relatório social, percebeu-se que o irmão mais velho da jovem tinha ficado à guarda dos avós maternos, o segundo tinha sido entregue a uma família de acolhimento e o terceiro tinha sido adotado, tendo já atingido à maioridade. A jovem, no seu primeiro ano de vida, ficou aos cuidados do padrinho, tendo depois vivido com um tio até à saída da mãe do estabelecimento prisional. Pelas várias conversas intencionais com os vários profissionais, tomou-se conhecimento que a mãe da jovem esteve detida por um período de quatro anos por tráfico de droga e furtos relacionados com o consumo. Depois da detenção, a progenitora fez tratamento e, pelo que se sabia, não mais tinha voltado a consumir.

De acordo com a informação constante no relatório social, após a saída da prisão, a mãe tinha ido viver com a jovem para casa dos avós maternos durante cerca de quatro anos. Posteriormente, a mãe da jovem autonomizou-se, passando a viver sozinha com a filha. Entretanto, a mãe aceitou uma proposta de trabalho em Espanha e levou a Gaiata consigo, por considerar que a mudança seria benéfica, uma vez que a jovem já assumia comportamentos desadequados em casa e no contexto escolar. Pelo discurso da jovem, nesse país tinha frequentado dois períodos escolares referentes ao ano letivo 2015/2016, tendo sido suspensa algumas vezes pelo, nas suas palavras, “meu mau comportamento”. Pelo que a jovem contava, esse mau comportamento estava relacionado com o facto de responder desadequadamente aos professores, bem

como relacionado com conflitos com os seus pares. Quando do 3.º período, a jovem contou que veio para Portugal, tendo ficado aos cuidados do irmão mais velho. De acordo com o relatório social, o comportamento da Gaiata continuou desajustado em casa e na escola, desobedecendo constantemente às regras impostas pelo irmão e sua companheira, ao ponto de estes terem solicitado à mãe da jovem que regressasse de Espanha, aludindo que não estavam disponíveis para cuidar da jovem. Perante isso, a progenitora acabou por regressar e foi viver para casa dos seus pais com a filha. Através de conversas intencionais com os profissionais da CAR e com a jovem, percebeu-se que os avós de Gaiata eram pessoas de idade com vários problemas de saúde. Para além disso, através de conversas intencionais com as profissionais da equipa técnica, a situação de perigo da jovem foi sinalizada pelo serviço social de um centro hospitalar na sequência de um episódio de urgência, devido ao facto de a jovem ter apresentado um comportamento agressivo em contexto familiar. A jovem afirmava a existência de discussões frequentes com a figura materna. Pelo que foi expresso por uma das psicólogas, no dia da ida ao serviço de urgência, a Gaiata terá atirado com uma ventoinha contra a mãe e atirado roupa para o chão, sendo que, no dia desse episódio, a mãe e o avô materno lhe terão batido com um pau. Perante esse episódio, a jovem ficou internada no serviço de pediatria, uma vez que se recusava a regressar a casa. De acordo com a ficha de sinalização, a mãe reconhecia não ter capacidade para cuidar da filha por esta não lhe obedecer e não respeitar. Segundo o relatório social, a jovem mantinha uma relação com a mãe não muito de afetividade, confrontando constantemente a mãe por acontecimentos do passado. Além disso, estava registado que a jovem tratava mal e insultava os avós, bem como a mãe, tendo comportamentos de agressividade quando contrariada.

Pelo que a jovem contava, tecia várias fugas de casa. Em 2016, a jovem foi integrada, pela primeira vez, numa instituição, onde inicialmente mostrava comportamento regular uma vez que estava mais contida. No entanto, desde o início do ano escolar, a situação terá vindo a deteriorar-se. A jovem recordava que as fugas dessa casa de acolhimento eram constantes e que aproveitava as saídas para a escola para se ausentar, por longos períodos, e complementando com informações do relatório social, o seu paradeiro era desconhecido.

Reconhecendo que os comportamentos da jovem colocavam em causa o seu desenvolvimento integral, foi referido que a jovem precisava de ser integrada num espaço que lhe conseguisse transmitir segurança e estabilidade, mais contentor, com adoção de estratégias que promovessem as suas competências internas e capazes de ultrapassar as dificuldades emocionais vivenciadas pela mesma. Foi percebido que a mãe, por motivos profissionais, regressou para Espanha, mantendo contactos telefónicos regulares com a jovem. Não obstante, na perspetiva dos profissionais, a jovem continuava a tratar mal a mãe. Em conversa com a jovem, percebeu-se que a retaguarda de fim de semana era assumida por uns tios maternos.

Na perspetiva dos vários profissionais que conviviam diariamente com a jovem, esta apresentava alguns comportamentos desadequados, como: frequentemente insultava, ameaçava e intimidava os outros; e iniciava lutas físicas; mentia com frequência para obter ganhos. De acordo com o relatório social, a jovem apresentava incapacidade de gestão da sexualidade e grave conflito com elemento da família.

A Lili

A Lili, com 16 anos de idade, estava institucionalizada na CAR desde março de 2018, tendo estado integrada no ano de 2016 numa comunidade terapêutica por consumos regulares de canabinóides. De acordo com a informação de acolhimento, os pais da jovem tinham-se separado com as responsabilidades parentais reguladas a favor da progenitora, sendo que a mesma se mudou com os seus dois filhos para a residência da avó materna. De acordo com os profissionais, a progenitora revelava dificuldade em gerir o comportamento da filha, apresentando falta de capacidade de impor regras e rotinas, assim como evidenciava ausência de supervisão. O progenitor apresentava fragilidade socioeconómicas, graves problemas de saúde e falta de capacidade para impor regras e limites. Segundo informações do relatório social, tinha sido instaurado processo de promoção e proteção para a Lili na sequência de uma sinalização da escola por apresentar falta de assiduidade, incumprimento de regras e desautorização dos adultos, assim como para o seu irmão por absentismo. Segundo a mesma fonte, a progenitora possuía historial de consumos de drogas duras e era acompanhada. Em maio de 2016 a progenitora e o namorado (com

problemas psiquiátricos) foram detidos por posse de quantidade significativa de estupefacientes, mas o namorado ilibou-a, referindo que apenas ele estava a traficar. De acordo com os profissionais tinha sido tentada intervenção junto do agregado familiar, mas a progenitora não colaborou, revelando incapacidade para reverter a situação de absentismo dos filhos e de comportamentos de oposição graves da jovem.

Pelo que se pôde verificar no PSEI da jovem, os problemas de comportamento da jovem começaram por volta dos 13 anos. A Lili denotava ausência de regras e orientações, sugeria rebeldia e desobediência, adotava comportamentos agressivos para com a mãe, passava longos períodos de tempo sem a supervisão e presença de um adulto, fazendo-se acompanhar de pares dentro e fora de casa, os quais sugeriam comportamentos desviantes. A mãe nem sempre assegurava as refeições dos filhos e não fazia a devida supervisão da rotina dos filhos, estando estes em autogestão, ficando muitas vezes sozinhos durante a noite. Pelo que se pôde observar, a Lili mantinha contactos telefónicos com o pai, com visitas não regulares e existia episódios de conflitualidade com o mesmo. Pelo contrário, a relação que mantinha com a mãe era boa, sendo que se demonstrava muito carinhosa para com a mesma nas visitas.

A Luana

A Luana nasceu em outubro de 2003, e tinha 15 anos. Estava institucionalizada na CAR desde janeiro de 2018. Através de informações recolhidas através da ficha de sinalização da jovem, antes de a jovem ser institucionalizada, integrava o agregado familiar dos progenitores, sendo que residiam num bairro, onde se encontrava um grande número de famílias beneficiárias do RSI e taxa elevada de desemprego. Segundo a mesma fonte, estavam associadas a esse bairro problemáticas de droga e criminalidade. Contudo, a jovem referiu que convivia com amigos que não residiam no mesmo bairro, mas que estavam associados a comportamentos disruptivos.

Quando frequentava o 1ºciclo foi-lhe diagnosticado um défice de atenção e hiperatividade chegando mesmo a ser medicada, vindo mais tarde a deixar de tomar a medicação. Por opção dos pais, a jovem durante o 1ºciclo mudou de estabelecimento de ensino 3 vezes, tendo repetido o 1ºano por não ter aprendido a ler. De acordo com a jovem, foi no 6ºano que começou a adotar

comportamentos menos adaptados. Revelava um total desinteresse e falta de motivação perante a escola, sendo que em 2015 começou a frequentar um CATL por iniciativa da progenitora, uma vez que pretendia ter um maior controlo sobre a filha e que esta melhorasse o seu desempenho escolar. No entanto, a jovem referiu que a sua assiduidade não era regular. A Luana acabou por ser sinalizada por absentismo escolar e comportamentos desajustados. Também o registo de fugas foi um dos motivos da sua institucionalização, sendo que de acordo com a jovem esse registo de fugas acontecia desde os 12 anos, durante as quais pernoitava em casas abandonadas, habitualmente na companhia de pessoas do sexo masculino com idade superior à sua. A jovem assumiu que durante as suas fugas consumia substâncias ilícitas, sendo que na opinião dos profissionais, não demonstrava qualquer preocupação e receio acerca das consequências dos seus atos.

Percebeu-se que a jovem tinha uma boa relação familiar e que era protetora da sua irmã. Demonstrava no seu discurso grande admiração pelos elementos da família, mas de acordo com os profissionais, com alguma incapacidade para controlar os seus impulsos, o que às vezes se traduzia na fragilidade dessas relações. De acordo com os profissionais a Luana inicialmente demonstrava-se imatura e pouco consciente dos perigos em que se inseria. Para além disso, no que se refere ao comportamento, segundo os profissionais, no início a jovem teve algumas dificuldades em aceitar algumas regras e rotinas da casa, reagindo muitas vezes de forma impulsiva, utilizando um tom de voz bastante elevado, contestando as orientações dos adultos. Contudo, ao longo do tempo, de acordo com os mesmos, a Luana tinha tido uma evolução favorável ao nível do controlo dos impulsos, conseguindo, na altura, de forma mais ajustada, mais calma e controlada manifestar a sua opinião e descontentamento acerca de alguma regra que não concordava ou consequência atribuída, devido a um comportamento menos correto da sua parte. Os profissionais também salientavam que a jovem recorria algumas vezes à mentira para justificar alguns comportamentos menos ajustados e manifestava grande dificuldade em assumir os seus erros.

Através de conversas intencionais com os profissionais mais responsáveis pela dimensão escolar, percebemos que no que se refere à situação escolar, a Luana era assídua e pontual nas aulas e apresentava um aproveitamento escolar satisfatório. Para além disso, os profissionais referiram que devido às suas

características, a jovem tinha alguma dificuldade em permanecer sossegada em contexto de sala de aula e em manter a atenção e concentração necessárias para uma boa aprendizagem. No entanto, na opinião dos profissionais com a medicação que havia ter sido prescrita pela pedopsiquiatra teve efeitos positivos, verificando-se uma melhoria do comportamento e desempenho.

Relativamente à situação familiar, como se pôde observar, a progenitora, os avós maternos e a irmã visitavam a Luana muito regularmente, sendo que o pai algumas vezes não comparecia. Eram visíveis a preocupação e o afeto que a progenitora e os avós maternos manifestavam pela jovem. A mãe da Luana, no seu discurso revelava o receio que tinha com o início das saídas da Luana ao exterior. A Luana, embora manifestasse constantemente a sua vontade de regressar a casa, transmitiu-nos compreender a necessidade de permanecer na CAR durante mais tempo, de forma a evoluir ao nível do seu comportamento, investir nos estudos e estar preparada para regressar a casa dos pais. A mãe transmitiu-nos que concordava que a filha estivesse acolhida na CAR e relativamente ao projeto de vida da filha, salientava que gostaria que a filha regressa a casa no futuro.

A Núria

A Núria nasceu em abril de 2001 e tinha 17 anos. Esta jovem estava institucionalizada na CAR desde fevereiro de 2018. De acordo com a ficha que contém a informação relativa ao acolhimento, a Núria foi acolhida pela primeira vez em 2002, com 1 ano de idade, na sequência de uma situação de negligência por parte da mãe com quem residia na altura com os irmãos, ao nível da saúde, higiene e condições habitacionais, sendo que segundo a mesma fonte, durante esse acolhimento a mãe nunca visitou os filhos. Em 2004 regressou com os irmãos a casa para residir com o pai e com a nova companheira. Todavia, em 2010 o processo foi reaberto por exposição a violência doméstica e maus tratos físicos, associados ao alcoolismo do pai. No relatório social, havia referências a agressões verbais e físicas contra os filhos, com exceção a uma das filhas e com maior incidência na Núria.

Através da leitura cuidada das informações sobre a jovem, no final de 2015 a companheira do pai manifestou a intenção de sair de casa com a filha, tendo os restantes menores ficado à guarda da sua progenitora. No entanto, a Núria só

permaneceu com a mesma durante 4 meses, pois, de acordo com os profissionais, a mãe afirmou que não se disponibilizava para acolher a filha, queixando-se do seu comportamento, principalmente em relação ao padrasto e acusando-a inclusivamente de promiscuidade. Através de conversas intencionais com os profissionais, percebemos que a família da Núria era ausente e não manifestava intenção nem vontade de acolher a jovem ou manter contactos consistentes com a mesma. A jovem viveu exposta de forma prolongada a um ambiente familiar violento e era alvo de abandonos e rejeições ativas por parte dos progenitores.

A jovem partilhou connosco que na primeira instituição em que esteve assumia atitude de desrespeito total, não cumprindo rotinas, regras e horários. Para além disso, expôs que ameaçava as jovens quando era confrontada ou quando era criticada, tendo dito que tinha chegado mesmo a agredir outras colegas.

A Pipoca Mendes

Nascida a fevereiro de 2003 a Pipoca Mendes tinha 15 anos. Através do relatório social tomou-se conhecimento que a jovem até aos 12 anos de idade tinha vivido sempre com os progenitores. A jovem referia a proximidade com alguns membros da família da sua idade, mas de acordo com a mesma os pares com quem fomentava relação no contexto escolar eram os que constituíam maior significância para si. Através de conversas intencionais com a equipa técnica percebeu-se que um episódio de crime grave alterou o seu percurso de vida em diferentes contextos da sua vida, levando à sua institucionalização e à privação de liberdade da sua progenitora. Foi desta forma que se viu afastada, aos 12 anos, da sua família, sendo que a jovem referiu que a família sempre a visitou e manteve contacto com ela durante o período de institucionalização. Segundo os profissionais este episódio foi ainda responsável pela reestruturação do seu núcleo familiar, por ter culminado no divórcio dos pais, sendo que na altura o pai reconstituiu família da qual nasceu a irmã da Pipoca Mendes. Segunda a jovem, ela tinha uma relação bastante positiva com a madrastra, verbalizando que ela a apoiava e se mostrava disponível para falar de todos os assuntos de interesse dela. Em relação ao nascimento da irmã, a Pipoca Mendes mostrava bastante entusiasmo e preocupação.

Segundo os profissionais pela mãe percebia-se a expressão de um sentimento ambivalente. Referindo sempre ter tido uma relação positiva com esta, o envolvimento num episódio de crime quebrou e refez a relação mãe-filha. A jovem mantinha o seu envolvimento emocional, mas questionava, julgando ética e moralmente, alguns comportamentos da progenitora, encontrando-se na altura numa reflexão do que era melhor para si própria.

A Pipoca Mendes partilhou que a sua entrada na CAR foi ainda consequência deste episódio marcante na sua vida. No contexto da CAR, de acordo com os profissionais, a jovem sempre mostrou capacidade relacional, construindo amizades e promovendo a vivência em grupo, nunca demonstrou desrespeito pelas regras, nem comportamentos desviantes e mantinha-se interessada no seu futuro e no seu desenvolvimento. Segundo os profissionais, se a família parecia ser o seu maior suporte, a mesma referia inúmeras vezes a importância das suas relações de amizade, tendo sido neste contexto que sofreu algumas consequências mais marcadas, com o afastamento e julgamento de alguns pares. Contudo, na altura a jovem partilhou que sentia a aproximação dos mesmos, situação que lhe agradava. É de referir que era com o sexo oposto que se denotava maior dificuldade relacional. Segundo os profissionais, com a morte do seu namorado, aquando da sua chegada à CAR, a jovem encontrava-se na fase de depressão relativamente ao luto, com maior expressão no sono (pesadelos, dificuldades em adormecer), sendo que passado 7 meses, de acordo com os profissionais, com o seu avanço no modelo da CAR e a estruturação na sua vida familiar, a jovem iniciou um momento de aceitação demonstrando sentimentos de tristeza e saudade, mas conseguindo pensar no futuro, permitindo que novas pessoas entrassem na sua vida.

Os profissionais partilharam que a jovem tinha uma boa autoestima e capacidade empática. Para além disso, expuseram que sempre demonstrou um ajuste saudável às regras sociais, de conduta e manteve o seu crescimento adequado e adaptado, sendo que os profissionais partilhavam a ideia de que isso poderia estar relacionado com o elevado sentido de autoeficácia e autoestima que a protegiam. Referiram também que a jovem apresentava, pontualmente, alguma dificuldade de regulação do sono, bem como algumas questões sobre o sentido de vida e ligação ao espiritual. Ainda em crescimento, os profissionais consideravam benéfico que a Pipoca Mendes pudesse manter um espaço de

regulação das suas emoções, vivências e experiências, podendo assim estabilizar-se o crescimento saudável.

A Sacaninha

A Sacaninha tinha 15 anos e foi institucionalizada na CAR em 2018, sendo que a data do primeiro acolhimento foi em 2017. De acordo com as informações da ficha de sinalização da Sacaninha, os pais da mesma separaram-se quando a mesma tinha 6 anos de idade. A mãe da jovem era vítima de violência doméstica e fugiu do pai com a filha, tendo estado acolhidas numa casa abrigo. Através de conversa intencional com a jovem, percebemos que o pai da mesma era cigano e que na altura encontra-se detido por furtos. A mesma partilhou que cessou os contactos com o pai aos 8 anos, retomando os mesmos no ano de 2016 a pedido do pai. A Sacaninha falava do pai como uma pessoa de referência para ela e culpava a mãe por ter impedido os contactos entre ambos. Segundo os profissionais, a mãe receava esta aproximação por considerar o senhor uma pessoa muito agressiva. Através do relatório social, percebeu-se que o padrasto maltratava a jovem, com a convivência da mãe, sendo que a partir das informações da técnica que acompanhava a família, a Sacaninha não aceitava a intervenção do mesmo e provocava conflitos com ele.

A jovem residiu temporariamente com a avó materna com autorização do tribunal e a relação das duas era muito positiva, de acordo com as informações contidas na ficha de sinalização da jovem. Segundo a mesma fonte, após uma fuga da jovem, tendo sido conduzida pela PSP a casa da avó e após a mesma ter recusado que a Sacaninha saísse de casa nesse dia, esta agrediu-a fisicamente tendo a jovem reintegrado a CAR.

Segundo a leitura de documentos, os problemas de comportamento iniciaram por volta dos 12 anos. De acordo com os profissionais era uma jovem que ameaçava com agressão física e insultava os profissionais quando contrariada. Da anterior CAR a jovem tinha episódios de agressões físicas contra jovens e profissionais, houve relatos de tentar morder as pessoas em episódios de agressividade, houve relatos de destruição de propriedade, inclusivamente de danificação de carros e tinha sido apanhada a roubar uma loja de roupa de um centro comercial com uma colega.

A Yasmine

A Yasmine nasceu em outubro de 2003 e tinha 15 anos. A data do primeiro acolhimento desta jovem foi em março de 2016, tendo sido acolhida na CAR em 2018. Pelo que se pôde verificar na ficha de sinalização da Yasmine, ela era a filha mais nova de uma fratria de 2. A irmã mais velha tinha um percurso mais ajustado, tendo terminado o curso profissional de turismo em 2015. Os pais da Yasmine estavam legalmente divorciados e as responsabilidades parentais estavam reguladas, tendo a progenitora a guarda. O progenitor era um pai ausente, à semelhança do que tinha sido ao longo do desenvolvimento das filhas. Sempre trabalhou na Angola, colaborando economicamente para o funcionamento familiar. Contudo, nos períodos de visita a Portugal, a relação do casal pautava-se pela violência doméstica, sendo que existiam alegados consumos abusivos de álcool pelo progenitor. De acordo com as informações lidas atentamente, a progenitora assumiu sempre sozinha a educação das filhas, mas a rutura da relação e a perda do apoio económico do progenitor era um aspeto difícil de ultrapassar. Assim, mantinha dificuldades de separar a sua função parental da conjugal. Afastou-se da figura paterna, com quem tinha uma relação de conflito, descredibilizando junto das filhas o papel do pai e da família paterna. Na relação com as filhas tem um padrão ansioso-ambivalente, uma vez que, de acordo com os profissionais, alimentava a dependência (principalmente da Yasmine), mas não era consistente no seu apoio. Era muito crítica face às filhas e utilizava estratégias punitivas agressivas.

Segundo a jovem os problemas de comportamento começaram por volta dos 10 anos tendo estado acolhida durante 14 meses noutra instituição. No entanto, como referiu os seus comportamentos agravaram e acabou por regressar a casa. Expressou que os comportamentos de oposição e de indisciplina em casa e na escola foram piorando.

Através da observação participante e através de conversas intencionais com os profissionais, percebemos que a Yasmine tinha um sentimento de indiferenciação em relação à figura materna, grande dependência e raiva. Tendo tido a oportunidade de estar com a irmã da Yasmine, a mesma reconheceu que era muito difícil controlar a irmã, mas transmitiu estar emocionalmente envolvida em ajudá-la. O desgaste sentido ao longo da evolução do processo da Yasmine conduziu a que a irmã da jovem se autonomizasse com o seu

namorado, estando a residir afastada da mãe. Segundo a mãe da Yasmine, a relação entre ela e a filha Yasmine era muito próxima para poder saber exatamente o que se passava com a filha, referindo que só assim conseguia encontrá-la quando fugia, por exemplo. Para além disso, a mãe da jovem também verbalizou que quando a Yasmine se encontrava mais destabilizada costumava ser agressiva com ela e não com os outros. A família partilhou connosco que sentiam que o melhor para a jovem era estar na CAR, para a ajudar. Em conversa intencional com os profissionais, estes referiram que a mãe da Yasmine participava e envolvia-se demais na vida da filha, sendo uma interferência não muito positiva no desenvolvimento da menor. Expressaram que estavam perante um modelo parental muito permissivo, em que mãe e filha eram demasiado amigas, com grande confusão de papéis. Segundo os profissionais, a família oscilava entre períodos em que validava as queixas e o apelo da Yasmine e outros períodos marcados por grande rejeição e crítica. A jovem, de acordo com a mãe era muito manipuladora e envolvia a família em diversos conflitos. Na altura, de acordo com os profissionais, a família parecia estar mais capaz de reconhecer tais comportamentos manipuladores e conflituosos da Yasmine. Não obstante, os profissionais tinham a opinião que a família se revelava incapaz de revelar consistência e capacidade em promover um contexto de crescimento securizante e estruturado para a jovem.

Como fatores de proteção da jovem, os profissionais reconheciam a capacidade empática revelada pela jovem e o suporte da irmã mais velha. Além disso, os profissionais expressavam que a jovem tinha baixo autocontrolo, baixa autoestima, problemas de comportamento e de oposição, vinculação insegura e instabilidade emocional.

APÊNDICE G: SISTEMATIZAÇÃO DA AVALIAÇÃO DE CONTEXTO

Problema	Indicadores	Causas	Necessidades
Falta de higiene e cuidado da imagem pessoal por parte das jovens	<ul style="list-style-type: none"> - “Não têm registos de banho o dia todo” (Ed. Costa); - “Muitas não sabem vestir-se adequadamente para os diferentes contextos” (Dra. Carminho); - “Elas não tomam banho..., mas já alguém as ensinou como tomar banho?” (Ed. Lucas); - “Temos alguma falta de higiene” (Ariana); - “A falta de higiene é um problema comum” (Fred); 	<ul style="list-style-type: none"> - Constantes dificuldades e adversidades que vivenciam; - Falta de conhecimento sobre os cuidados a ter com o corpo; - Ausência de motivação por parte das jovens; - Baixa autoestima por parte das jovens; - Falta de confiança por parte das jovens; - Diminuição do investimento em si próprias; 	<ul style="list-style-type: none"> - Haver espaço onde as jovens possam partilhar as suas dúvidas; - Sensibilização para a importância dos hábitos de higiene, contribuindo para a mudança de hábitos e comportamentos relacionados com o cuidado pessoal; - Investimento ao nível da higiene e da autoestima; - Cuidar da imagem pessoal; - Compreender o conceito de saúde num sentido mais amplo;

	<ul style="list-style-type: none"> - “Já há algum tempo que tento ter mais cuidado com a minha imagem, pois comecei a perceber que isso é importante tanto para nós como para os outros, mas acho que aqui há falta de higiene e falta de cuidado connosco próprias” (Gaiata); - “Não se fala sobre a questão da higiene, por exemplo” (Luana); - “Não trabalham muito connosco a parte do cuidado pessoal, pelo menos não da maneira que precisávamos...algumas de nós fogem do banho a sete pés” (Onika); “Não queremos saber do nosso cuidado pessoal, mas isso está relacionado com a nossa autoestima e motivação” (Pipoca Mendes); - “Há falta de higiene, cuidado e preocupação” (Sacaninha); 	<ul style="list-style-type: none"> - Dificuldade por parte dos profissionais em trabalhar as questões relacionadas com a saúde; - Dificuldade por parte dos profissionais em encerrar o conceito de saúde num sentido amplo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver novas formas de intervenção.
--	---	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> - “Gostava de me sentir melhor comigo própria” (Onika); - “Não gosto de mim assim, engordei tanto” (Yasmine); - “Muitas delas não têm cuidado consigo próprias, falo ao nível de higiene e saúde e isso é mais frequente do que podemos imaginar. Há muitas vezes em que eu própria não cuido de mim, pois não me interessa. Arranjar-me para quê e para quem?”. 		
O comportamento desadequado e as relações menos positivas entre as jovens	<ul style="list-style-type: none"> - “Elas usam a mentira” (Ed. Ribeiro); - “São muito manipuladoras” (Ed. Vicente); - “Há faltas de respeito muito graves, delas para connosco e entre elas” (Ed. Lucas); - “Não gosto nada quando há comportamento maus” (Sacaninha); 	<ul style="list-style-type: none"> - Dificuldade de autorregulação por parte das jovens; - Educação e disciplina desajustadas; - Sentimentos baixos de valorização pessoal por parte das jovens; - Jovens com vivências de maus tratos; - Jovens com falta de supervisão e acompanhamento familiar; 	<ul style="list-style-type: none"> - Autorregulação de pensamentos, emoções e comportamentos das jovens; - Reforço da capacidade de gestão de conflitos; - Fortalecimento dos estilos de relação interpessoais mais positivo, através de valores, como

	<ul style="list-style-type: none"> - “Temos muito conflitos umas com as outras... nos nossos conflitos ultrapassamos os limites muitas vezes” (Ariana); - “A nossa relação muitas vezes é péssima... gostava que a relação entre nós fosse diferente” (Bianca); - “Dizemos palavras muito feias umas às outras” (Neuza); - “É difícil conviver com elas, há conflitos; muitas vezes falamos muito alto e mal umas para as outras” (Núria); - “Elas são más umas para as outras” (Teresa); - “Não temos paciência nenhuma umas para as outras. Acho que elas não se preocupam muito umas com as outras. Acho que é muito cada uma por si, cada uma à sua maneira quer estar no topo e se precisarem de passar por cima das 	<ul style="list-style-type: none"> - Jovens que viveram em ambientes conflituosos e violentos; - Jovens impulsivas; - Dificuldade por parte das jovens em ter controlo; - Dificuldade em estarem de acordo umas com as outras; - Existência de atos irrefletidos e irresponsáveis por parte das jovens; - Dificuldade por parte das jovens em compreender os limites na relação com as outras pessoas; - Falta de compreensão entre as jovens. - Dificuldade por parte dos profissionais em sentirem-se responsáveis pela forma como as jovens se relacionavam. 	<p>a cooperação, a tolerância, a solidariedade e a partilha;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Repensar as práticas profissionais numa postura crítica, reflexiva e implicativa.
--	---	---	--

	<p>outras para isso vão fazê-lo, o que não acho nada justo nem saudável” (Lia);</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Na maior parte das vezes não nos ajudamos” (Luana); - “A maneira que falamos umas para as outras é muito má” (Bandeirinha Júnior); - “Está em nós, nas miúdas, como somos quando estamos umas com as outras e como nos portamos... muitas vezes não nos respeitamos nem queremos nos ouvir. São relações mesmo estranhas... às vezes dou-me bem com elas, outras vezes não tenho paciência, mas admito que às vezes nem um esforço faço. Às vezes começamos em tom de brincadeira a mandar bocas umas às outras, mas isso passa rápido a asneiras e insultos... nessas situações, para nós não importa que os educadores estejam a ouvir e não 	
--	---	--

	<p>temos a noção das faltas de respeito” (Gaiata);</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Há muita falta de respeito...as relações entre nós são más” (Lili); - “Não nos conseguimos ouvir nem suportar umas às outras, o que é uma imensa falta de respeito” (Onika); - “Sinto que aqui não tenho amigas. São apenas pessoas que dividem a casa comigo neste momento... isolo-me algumas vezes, porque elas não se identificam comigo e da minha parte eu não confio nelas” (Fred). 		
<p>Baixa autoestima das jovens e falta de reconhecimento por parte dos profissionais da equipa educativa</p>	<ul style="list-style-type: none"> - “Os profissionais por vezes parecem não entender bem o porquê de termos alguns comportamentos e parece que só falam das nossas coisas más” (Gaiata); - “Eles esquecem-se das coisas boas... por vezes dar uma palavra chegava. Às vezes não são capazes de nos reconhecer, 	<ul style="list-style-type: none"> - Sentimentos de desvalorização e inutilidade; - Diminuição do sentimento de autoeficácia; - Desvalorização das suas capacidades; 	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver o autoconhecimento; - Aumentar o sentimento de confiança em si mesmas; - Reconhecer e reforçar as suas competências e potencialidades; - Sentirem-se úteis e realizadas;

<p>em relação às jovens</p>	<p>nem a nós nem aos nossos bons comportamentos” (Lia);</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Os educadores por vezes esquecem-se do que fazemos bem. Não nos reconhecem pelas coisas boas, focam-se muito no que fazemos mal e dão-nos consequências por isso” (Pipoca Mendes); - “Podiam valorizar mais o que fazemos bem” (Yasmine); - “Só dão atenção ao que fazemos menos bem” (Núria); - “Gostava de ser valorizada pelo que faço bem e não apenas ser recriminado pelo que faço mal” (Fred); - “Às vezes nem dá vontade de me esforçar” (Luana); - “Quando nos damos conta parece que já é tarde para valorizar” (Ed. Vicente); 	<ul style="list-style-type: none"> - Diminuição da motivação para enfrentar o percurso da institucionalização; - Dificuldade por parte dos profissionais em reconhecer os bons comportamentos e as boas atitudes das jovens; - Acompanhamento diário que as jovens exigem por parte da equipa educativa. 	<ul style="list-style-type: none"> - Criar expectativas mais positivas; - Ajudar as jovens a superar as perceções menos positivas de si, criando expectativas mais positivas; - Valorização e reconhecimento das jovens por parte das mesmas e por parte dos profissionais; - Reforço de comportamentos adequados.
------------------------------------	--	---	--

	<p>- “Às vezes só me lembro que a X ou Y esteve bem naquele momento quando estou a fazer a viagem para casa, ou seja, no final do turno, quando já não estou aqui na instituição” (Ed. Filipe);</p> <p>“Depois no dia a seguir estamos cá de novo é verdade, mas depois alguns colegas acham que já não vale a pena valorizar, pois já passou” (Ed. Cláudia).</p>		
<p>Baixo nível de desenvolvimento moral por parte das jovens e a inexistência de um espaço para discussão de diferentes situações</p>	<p>- “É importante fazê-las pensar sobre as mais variadas questões” (Ed. Cláudia e Ed. Filipe);</p> <p>- “Só obedecem para evitar castigos ou para satisfazerem desejos” (Ed. Patrícia);</p> <p>- “Bloqueiam e não pensam de outra maneira” (Ed. Lucas e Ed. Filipe);</p> <p>- “Ela não tem consciência disso” (Luana);</p>	<p>- Experiências de vida;</p> <p>- Desconhecimento de valores fundamentais;</p> <p>- Existência de um pensamento muito autocentrado;</p> <p>- Jovens pouco críticas e pouco flexíveis;</p> <p>- Falta de tempo para se discutir sobre as variadas situações;</p> <p>- Dificuldade por parte dos profissionais em possibilitar a</p>	<p>- Promoção da educação moral das jovens de acordo com valores humanos;</p> <p>- Estimulação das jovens para serem cidadãs mais autónomas com espírito crítico e com responsabilidade;</p> <p>- Refletir que a moralidade se constrói na relação com os outros e com o meio;</p>

<p>“Estas miúdas não sabem pensar nos outros” (Núria);</p> <p>“Só pensam nelas” (Bianca);</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Não temos nenhum sítio onde podemos falar sobre diversas situações. Não falamos de assuntos que nos fazem pensar mais além” (Luana); - “Não temos espaço onde podemos falar sobre outros casos (Núria); - “Sinto que não temos espaço para falarmos sobre casos das nossas vidas, casos da casa” (Fred); - “Era importante discutirmos casos que nos fizessem pensar, que nos fizessem tomar posições e pensar sobre elas” (Yasmine); - “Não discutimos assuntos do mundo real” (Ariana). 	<p>construção de espaços onde as jovens pudessem discutir diversas situações da casa e da sociedade no geral.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ter espaços e momentos de discussão e reflexão.
--	---	---

APÊNDICE H: DESENHO DO PROJETO “(RE)CONSTRUIR VIDAS”

Objetivos gerais	Objetivos específicos	Indicadores
Promover o desenvolvimento moral e relações interpessoais adequadas (OG1).	<p>(Que as jovens sejam capazes de)</p> <p>Ouvir e compreender o outro, respeitando-o;</p> <p>Partilhar espontaneamente os seus interesses, opiniões e pensamentos e respeitar os/as do outro;</p> <p>Valorizar os seus sentimentos e os dos outros;</p> <p>Comunicar de forma clara;</p> <p>Compreender os conceitos de justiça e de ética;</p> <p>Ter consciência dos seus atos;</p> <p>Pensar de forma crítica acerca de situações reais e acerca das situações do dia-a-dia.</p> <p>(Que os profissionais sejam capazes de)</p> <p>Reconhecer a importância do diálogo;</p> <p>Permitir a discussão e a partilha de opiniões;</p> <p>Facilitar a compreensão do outro por parte das jovens (dos pontos de vista e dos sentimentos do outro);</p> <p>Criar condições para a colaboração, a compreensão e o respeito mútuo entre as jovens.</p>	<p>Convívio e interação;</p> <p>Capacidade para escutar o outro;</p> <p>Crescente partilha de opiniões;</p> <p>Alteração no processo de comunicação;</p> <p>Compreensão, aceitação, respeito e autenticidade;</p> <p>Postura crítica e reflexiva de comportamentos adotados;</p> <p>Diminuição da frequência dos atos menos positivos;</p> <p>Autorregulação;</p> <p>Identificação e aproximação grupal;</p> <p>Fortalecimento de relações no grupo;</p> <p>Sentimento de pertença;</p> <p>Suporte e apoio: interajuda;</p> <p>Alteração da postura das jovens;</p> <p>Crescente capacidade para partilhar opiniões e pensamentos;</p> <p>Maior consciência das atitudes;</p> <p>Crescente sentido crítico;</p>

		<p>Valorização pessoal e do outro;</p> <p>Demonstração de saber nas atitudes e discursos;</p> <p>Valorização da discussão e partilha;</p> <p>Possibilitação da compreensão do outro;</p> <p>Crescente capacidade crítica e reflexiva dos profissionais;</p> <p>Envolvimento da ET e EE na intervenção.</p>
--	--	--

<p>Desenvolver o autoconceito positivo das jovens (OG2).</p>	<p>(Que as jovens sejam capazes de)</p> <p>Valorizar as suas capacidades;</p> <p>Ter uma perceção positiva de si mesmas e dos outros;</p> <p>Sentirem-se mais valorizadas, seguras e confiantes.</p> <p>(Que os profissionais sejam capazes de)</p> <p>Reconhecer e valorizar as jovens (características, competências e capacidades);</p> <p>Reforçar os comportamentos adequados das jovens.</p>	<p>Partilhas em grupo;</p> <p>Auto e heteroconhecimento;</p> <p>Valorização pessoal e do outro;</p> <p>Satisfação e maior confiança pessoal;</p> <p>Criação de expectativas mais positivas;</p> <p>Capacidade de iniciativa e motivação;</p> <p>Identificação e reconhecimento de competências e qualidades pessoais e grupais;</p> <p>Capacidade para lidar com a crítica e o elogio de forma construtiva;</p> <p>Crescente envolvimento da EE;</p> <p>Capacidade de partilha entre profissionais acerca dos contributos que cada um pode oferecer.</p>
---	--	--

<p>Promover a saúde em termos globais (OG3).</p>	<p>(Que as jovens sejam capazes de) Cuidar da sua imagem pessoal, tendo hábitos de higiene regulares; Identificar e adotar hábitos de vida saudáveis: atividade física, alimentação; Reconhecerem e consciencializarem-se acerca dos cuidados a ter em termos de saúde (corpo e alimentação); Estarem atentas à sua saúde.</p> <p>(Que os profissionais sejam capazes de) Compreender o conceito de promoção da saúde de uma forma mais abrangente; Sensibilizar as jovens para adotarem comportamentos saudáveis; Aumentar/melhorar o conhecimento das jovens no que respeita à saúde (cuidados com o corpo).</p>	<p>Valorização e satisfação pessoal; Valorização da imagem pessoal; Capacidade de iniciativa, motivação e sentido de responsabilidade; Apropriação de conhecimentos; Aprendizagens em grupo; Compromisso e responsabilização; Saber falar sobre o conceito; Demonstração de saber nas atitudes e discursos; Crescente capacidade crítica e reflexiva dos profissionais; Capacidade de partilha entre profissionais acerca dos contributos que cada um pode dar; Crescente envolvimento da ET e incentivo da EE.</p>
---	---	---

APÊNDICE I: A ESCOLHA DO NOME DO PROJETO E DAS AÇÕES

Primeiramente, foram escolhidos os nomes das ações, sendo que todos eles tiveram em consideração a colaboração tanto das jovens como dos profissionais, uma vez que cada um dos nomes escolhidos reflete a junção das ideias dos vários atores sociais.

Após o momento em que cada um dos atores sociais refletiu nas opções individuais, partilhámos as conclusões com o grande grupo. Relativamente à Ação 1, apesar de se ter ouvido algumas vezes por parte das jovens “está na hora do nosso tribunal” “o nosso tribunal”, em conversa intencional com as mesmas, elas refletiram que isso se devia ao facto de elas terem referido que algumas das sessões se baseassem tendo em contas aspetos que as pessoas poderiam associar a um tribunal. Contudo, reconheceram que o cerne desta ação tinha a ver exatamente com a reflexão e discussão acerca de situações e histórias trazidas por elas e pelos profissionais e que tinham a ver quer com as suas vivências na instituição quer com as suas vivências fora da instituição. Assim, sugeriram que o nome tivesse as palavras “diálogo” e “reflexão”. Os profissionais deram a ideia de o nome da Ação conter a palavra “palcos”, uma vez que foram muitos os espaços onde decorreram os diálogos e as reflexões (ideia trazida pelas jovens), tanto com as jovens como com eles próprios e dado que na opinião dos profissionais, esses palcos foram de múltiplas ações e de todos eles. Assim, foi sugerido o nome “Palcos de Diálogos e Reflexões”, reunindo, o consenso de todas as pessoas.

O nome da Ação 2 na opinião das jovens fazia sentido abranger as palavras “reconhecimento” e “autoestima”, tendo os profissionais concordado e acrescentado que poderia ser “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima”, dado que associava o reconhecimento nas relações como fator importante para que as pessoas pudessem alcançar autoestima. Todos concordámos, tendo sido encontrado o nome para a Ação 2.

O nome da Ação 3 no parecer das jovens teria de estar relacionado com o conceito de saúde e preferencialmente deveria entender-se que elas eram responsáveis pelo seu bem-estar e qualidade de vida. Após termos lançado alguns nomes para o ar, foi sugerido o nome “A Saúde nas nossas Mãos”, tendo sido um nome que nos agradou. Em conversa com os profissionais, ouvimos as

suas ideias e também para eles o nome deveria conter a palavra saúde e indo ao encontro da opinião das jovens, precisaria de compreender a ideia de responsabilidade, autonomia e compromisso. Assim, apresentando a ideia das jovens aos profissionais, referiram que para eles fazia todo o sentido, elogiando a sugestão.

Relativamente ao nome do Projeto, tendo-se partilhado com as pessoas que o nome do Projeto deveria ser transversal a tudo o que tinha sido construído, a designação “(Rê)Construir Vidas” surgiu numa fase já avançada do desenvolvimento do Projeto. As jovens apontaram sobretudo palavras-chave, como: vidas, mudança, presente, futuro, crescimento, desafio, construção, esperança e caminho (Apêndice K, p.533-534). Já pelos profissionais, as palavras que surgiram foram: refletir, aprendizagem, construção, mudança e orientação (Apêndice K, pp.538-539).

APÊNDICE J: PROJETO “(RE)CONSTRUIR VIDAS” – A CALENDARIZAÇÃO

Ação 1 – “Palcos de Diálogos e Reflexões”

Ao longo de toda a ação	Conversas intencionais com as jovens e com os profissionais.
15 fevereiro 2019	“Perspetivar os próximos passos em grupo.”
22 fevereiro 2019	“Quem teve o pior comportamento?”
15 março 2019	“Que privilégio? Eis a questão.”
22 março 2019	“Contar ou não contar: o que fazia eu nesta situação?”
29 março 2019	“Devolver o dinheiro ou não devolver?”
5 abril 2019	“Pedir ajuda ou recusar pedir ajuda?”
12 abril 2019	“A fatura da água: manter ou mudar o comportamento?”
26 abril 2019	“Denunciar ou não denunciar?”
3 maio 2019	“No lugar do Henrique: roubar ou não roubar?”
Sessões Competências Pessoais e Sociais	
28 fevereiro 2019	“Partilha de ideias sobre as competências pessoais e sociais.”
6 março 2019	“Corrente da redação: somos um grupo...”
12 março 2019	“A magia da comunicação.”
27 março 2019	“Cocktail dos sentimentos e cultivo de emoções positivas.”
3 abril 2019	“Eu na relação com os outros: valores para se viver em sociedade.”
10 abril 2019	“Teias do conflito.”
18 abril 2019	“Pensamentos amigos e pensamentos inimigos: o poder da nossa mente.”
24 abril 2019	“Hora de nos colocar no lugar do outro: a empatia.”

2 maio 2019	“Clima de empatia: jogar com as cores.”
8 maio 2019	“Viagem pelo tempo: o meu presente e o meu futuro.”
17 maio 2019; 23 maio 2019	“Avaliação da Ação 1: Palcos de Diálogos e Reflexões – Nuvens das aprendizagens.”

Ação 2 – “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima”

Ao longo de toda a ação	Conversas intencionais com as jovens e com os profissionais.
29 maio 2019	“Abraçar a importância do reconhecimento.”
7 junho 2019	“Eu sou alguém...”
14 junho 2019	“Em frente ao espelho: praticar o autoelogio e o elogio aos outros.”
21 junho 2019	“Os nossos sonhos e os sonhos dos outros.”
28 junho 2019; 8 julho 2019	“Avaliação da Ação 2: O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima – Puzzle das aprendizagens.”

Ação 3 – “A Saúde nas nossas Mãos”

Ao longo de toda a ação	Conversas intencionais com as jovens e com os profissionais.
17 junho 2019	“Observar, escutar, refletir e decidir para agir.”
26 junho 2019	“Degraus para uma atuação na educação para a saúde.”
4 julho 2019	“Construindo pontes: ponto da situação.”
10 julho 2019	“O despertar de ideias sobre a higiene corporal.”
11 julho 2019	“O despertar de ideias sobre a higiene íntima.”
12 julho 2019	“O despertar de ideias sobre a saúde oral.”
15 julho 2019	“Abrir as portas da nossa casa: (des)fazer penteados.”
17 julho 2019	“Abrir as portas da nossa casa: refletir sobre que mensagem passo eu para os outros?”
19 julho 2019	“Abrir as portas da nossa casa: refletir sobre que cuidados ter com a alimentação?”
22 julho 2019	“Abrir as portas da nossa casa: desvendar o poder da maquilhagem.”
29 julho 2019	“Abrir as portas da nossa casa: mãos e unhas cuidadas.”
Durante o mês de julho e início de agosto	“(Entre)tantos caminhos: despertar um futuro mais saudável através da prática da atividade física”
2 agosto 2019	“Avaliação da Ação 3: A Saúde nas nossas Mãos – Árvore das aprendizagens.”
“Em diálogo com os voluntários.”	

APÊNDICE K: REGISTO DO DESENVOLVIMENTO DO PROJETO

Ação 1 – “Palcos de Diálogos e Reflexões”

Sessão n.º1: “Perspetivar os próximos passos em grupo”	
Local	Sala de convívio da Instituição.
Data e hora	15 de fevereiro de 2019; 14h-16h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Gaiata, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine.
Descrição	<p>A primeira sessão da Ação 1 “Palcos de Diálogos e Reflexões” realizou-se no dia 15/02/2019 pelas 14h. Após a priorização dos problemas e necessidades, realizámos novas conversas intencionais com as jovens de modo a compreender o que gostariam de trabalhar ao longo desta Ação, tendo sido unânime destacada a relevância de existir um espaço onde pudessem discutir e refletir sobre situações e/ou histórias diferenciadas. De forma a reunirmos e a conversar em conjunto sobre isso, as jovens foram convidadas a participar nesta sessão, para partilharem sugestões e interesses a explorar nas sessões seguintes. Partindo das conversas intencionais individuais mencionadas, esta primeira sessão pretendia assim proporcionar às jovens um espaço de partilha com o objetivo principal de refletir como poderíamos trabalhar de forma conjunta.</p> <p>Num primeiro momento, foi importante dialogarmos sobre a regularidade das sessões. A jovem Luana começou por referir que “por mim podia ser todas as semanas”. A jovem Núria, ao ouvir a colega, acenou com a cabeça e ainda referiu “...como nós estamos aqui fechadas, não nos incomoda nada que seja todas as semanas...ainda para mais uma coisa que está a ser construída por todas nós”. As restantes jovens, apesar de não se terem pronunciado de forma tão espontânea como as outras jovens, foram referindo que concordavam com as colegas.</p>

	<p>É de referir que, após termos ouvido as jovens, como já se tinham estabelecido conversas intencionais com os diferentes profissionais acerca desta questão, partilhou-se com as jovens que, na opinião deles, seria importante, igualmente, que se realizassem sessões todas as semanas, mas trazendo outros motivos, como, por exemplo: “...é um trabalho que deveria ser contínuo”; e ainda “...se é importante para elas, podemos destinar um tempo, onde elas então possam ter esse espaço”.</p> <p>Tendo-se discutido que não nos poderíamos esquecer das rotinas e dinâmicas da casa e que essas deveriam ser respeitadas, quando da decisão acerca da regularidade dos encontros, definiu-se então que as sessões se realizariam às sextas feiras. Decidiu-se também que o horário mais favorável para todas as jovens seria após a hora de almoço, entre as 14h e as 15:30h. Tal decisão teve em consideração vários aspetos como: o facto de ser uma altura em que as jovens se encontravam na casa; as jovens alegaram que era um tempo em que normalmente destinavam para ouvir música ou ver televisão, mas concordaram que essas atividades tinham a oportunidade de realizar noutras alturas do dia; referiram que se as sessões fossem nesse tempo, seriam antes do momento da assembleia da casa, o que poderia fazer com que elas se sentissem mais calmas, uma vez que estariam abstraídas a realizar algo que era do interesse delas. Contudo, para além desses aspetos foi falado que, por motivos pessoais ou por motivos inerentes à organização da casa, poderia não ser possível realizar a sessão em algumas sextas, o que compreendemos e transmitimos às jovens que os seus tempos iriam ser respeitados.</p> <p>As jovens chamaram a atenção que iriam existir feriados às sextas feiras, o que implicaria que nesses dias não se realizassem os encontros, uma vez que aos feriados elas não costumavam ter atividades, mas sim tempo livre, partilhando assim essa ideia e querendo saber o que acharíamos dessa situação. Em conjunto, respeitando as dinâmicas da casa e tomando como partido a vontade</p>
--	--

	<p>das jovens, ficou decidido que nos feriados que calhassem nesse dia da semana, não haveria sessão, adiando-se para a semana seguinte.</p> <p>Num momento posterior, partimos da questão “o que gostariam de trabalhar ao longo dos nossos encontros?”, o que nos deu a possibilidade de ouvirmos as jovens sobre o que era importante para elas ver trabalhado e de que forma poderíamos conduzir o caminho a seguir. A Luana começou por dizer que seria interessante que a base das sessões fosse a discussão de casos, tendo a jovem Yasmine acrescentando “casos da nossa casa” e a jovem Bandeirinha Júnior “e casos das nossas vidas”. As restantes jovens acenavam com a cabeça, transmitindo que concordavam com as colegas.</p> <p>Ao compreender o que é que a expressão “casos da nossa casa” representava para elas, percebeu-se que se referiam não só a casos, situações ou histórias experienciadas na CAR, como também a situações vividas ao longo da sua trajetória de vida. A Núria acabou por referir “...nós sabemos que somos jovens, mas já passamos por muito...”, o que nos deu a entender a necessidade que por vezes sentem de discutir e refletir sobre acontecimentos que vão experienciando de alguma forma ou outra.</p> <p>A Gaiata, concordando também com o referido, acrescentou que a discussão de casos seria interessante, uma vez que “ia ajudar-nos a perceber como é que nós agiríamos em determinada situação”. A Lili salientou que “também poderá ser bom para que estas miúdas aprendam a ouvir-se e a conviver melhor umas com as outras”.</p> <p>Quando do surgimento do nome escolhido para esta Ação, percebeu-se que, na expectativa das jovens, esta acabaria por resultar em encontros de grupo, onde ocorreriam reflexões e discussões acerca de diversas situações. Como se vai conseguir perceber adiante, a forma como as jovens propuseram para que as sessões fossem construídas, podemos assumir que é similar ao contexto de um tribunal, mas foi neste momento que tentámos compreender de que modo poderíamos então construir os nossos “Palcos de Diálogos e Reflexões”. Até agora concluímos que a discussão de casos seria então a base destes nossos encontros e que</p>
--	---

	<p>não se focaria apenas em situações da instituição mas também em situações do quotidiano e da vida das diferentes jovens, o que daria a possibilidade de se discutir, num espaço partilhado, situações mais coletivas e individuais, onde todas teriam a oportunidade de participar neles na dimensão que quisessem e desejassem.</p> <p>Outro aspeto referido por uma das jovens, mas depois discutido em conjunto, foi o facto de que todas as situações, que pudessem vir a surgir, terminassem com uma questão, que as fizesse tomar uma posição. Assim, ao longo de todas as conversas com as jovens percebeu-se que estavam interessadas em criar uma situação hipotética, o mais parecido com um tribunal, desde o espaço, os materiais e os papéis, quanto nos fosse possível. Desta forma, na voz delas surgiram várias ideias, que nos permitiu entender como é que elas gostavam que este espaço fosse. De referir que, à medida que algumas jovens iam partilhando as suas ideias, as outras, foram envolvendo-se, acrescentando algumas ideias ao que acabara de ser ouvido e/ou trazendo aspetos novos. Nesta fase da sessão, vivenciou-se um momento mais intenso, uma vez que as jovens se encontravam entusiasmadas e por isso foi necessário manter a organização, mas com a grande responsabilidade de não cair no erro de as inibir, o que poderia causar a não participação genuína das jovens.</p> <p>Primeiro, abordámos a questão do espaço onde poderíamos realizar as nossas sessões. A Pipoca Mendes referiu que “não temos muita escolha”. A Ariana afirmou de seguida “pois, terá de ser aqui na sala de convívio”. A jovem Fred lembrou-se e disse que “também temos a sala de aulas”. Explorando com as jovens esta questão, apesar de sabermos que teríamos outros espaços para reunirmos, todas foram da opinião que a sala de convívio seria a melhor opção e acabaram por partilhar que era um bom espaço, uma vez que era amplo e com bastante luminosidade.</p> <p>Relativamente aos materiais de que íamos precisar, as jovens foram referindo alguns, como: computador, projetor, dois sofás e um martelo. De forma sucinta, definimos que os dois primeiros</p>
--	---

	<p>seriam precisos para projetar os casos das sessões, os sofás representariam púlpitos e serviriam para as jovens, no momento da sessão, tomarem a sua posição, dirigindo-se para um sofá ou outro e o martelo, na opinião delas, era importante para que o juiz conseguisse manter a ordem da sessão. Perante esta ideia do martelo, a Bandeirinha Júnior levantou a questão “e quem vai arranjar o martelo?”, tendo a Núria respondido que “de certeza que o senhor Moreira nos consegue arranjar isso”. Não deixando cair essa ideia das jovens, perguntou-se às jovens se gostariam que fosse ela a falar com o senhor Moreira, elemento da equipa de apoio, sobre isso ou se alguma delas estava disposta a falar com ele. Várias das jovens disseram que não se importavam de ficar com essa responsabilidade.</p> <p>Depois, falando sobre os papéis que diferentes pessoas teriam de experimentar nas sessões, as jovens referiram que era preciso que existissem em todas as sessões um escrivão, pessoa que teria a tarefa de escrever no computador os presentes em cada sessão. Um juiz e dois advogados que se reuniriam com elas para pensar em argumentos para defenderem a sua posição – “...temos de ter advogados, senão não vai parecer um tribunal...”; “sim, sim, advogados de defesa”; “advogados que nos façam refletir”. Após terem referido estes papéis, que na opinião delas, eram os principais e que não poderiam faltar, referiram que seria interessante que fossem os diferentes profissionais a desempenhar os papéis. A Luana, a Ariana e a Lili começaram por referir vários educadores que gostavam que participassem nas sessões. A Yasmine acrescentou que, para além dos educadores, também poderiam participar “as doutoras”. As jovens ficaram entusiasmadas com esta ideia e partilharam que já há muito tempo que pensavam em como seria “giro” se tivessem momentos diferentes com os vários profissionais. Ressaltaram que seria interessante se eles estivessem dispostos a participar com elas em atividades e referiram que já o tinham pedido algumas vezes, referindo-se, principalmente, às profissionais da equipa técnica.</p>
--	--

	<p>Além disso, com vista a “ser um tribunal a sério” a Núria deu a ideia de que as pessoas que iriam desempenhar os diferentes papéis deveriam vestir-se a rigor. Pensando nessa questão, em conjunto, pensámos que os advogados poderiam comprometer-se em trazer sempre uma peça de roupa que os distinguisse das outras pessoas: um blazer. Quanto à pessoa que desempenharia o papel de juiz, as jovens referiam que era interessante vir com “a capa preta”, referindo-se à toga. Contudo, como a última era uma peça mais difícil de se arranjar já para a sessão seguinte, concordámos que também o juiz nas primeiras sessões poderia apresentar-se com um blazer.</p> <p>Ainda relativamente ao assumir os diferentes papéis, as jovens chegaram à conclusão que gostariam que as pessoas que os fossem assumindo fossem alternando, dado que assim teriam a oportunidade de “viver as sessões com todos os profissionais”. Para além do envolvimento dos profissionais, as jovens também demonstraram o desejo de que as duas estagiárias de psicologia, presentes na altura, também se envolvessem nas sessões. De acordo com as jovens, constituir-se-ia uma oportunidade para elas poderem partilhar mais um momento do quotidiano com essas pessoas.</p> <p>Por fim, discutimos a ideia de como é que poderíamos chegar às situações que pudessem vir a ser discutidas. Assim, as jovens sugeriram que as mesmas poderiam ser escritas por elas ou pelos profissionais da casa, partilhando que também tinham o interesse de discutir casos relacionados com a sociedade no geral. Após algumas ideias que surgiram ao longo do momento de discussão e partilha, foi decidido que, quando alguma das jovens tivesse um caso que gostasse de ver discutido escreveria num papel e entregar-nos-ia, tendo sido falado que o caso poderia estar relacionado com o presente e/ou vivências anteriores. Além disso, a Bandeirinha Júnior acabou por referir que seria importante que ela e as colegas fossem salvaguardadas, sendo que as outras jovens concordaram e, por isso, tendo ficado acordado que em nenhuma sessão poderíamos referir quem tinha trazido o caso/situação. Mesmo relativamente à</p>
--	--

	<p>entrega do papel em mão a nós, foi transmitido às jovens que elas não teriam de dizer se a história era relacionada com a sua vida pessoal, se não se sentissem à vontade para o fazer.</p> <p>Quanto à dinâmica das sessões futuras, após um momento intenso de partilha e discussão de ideias, chegámos a uma ideia, sendo a base para todos os encontros: na sala de convívio estariam presentes as jovens, o escrivão, os advogados e o juiz. As jovens encontrar-se-iam em frente aos púlpitos (representados pelos sofás), enquanto que o escrivão passaria ao registo dos presentes. Após isso, o caso era projetado numa das paredes do espaço e era lido pelo juiz que, no fim, pediria que as jovens tomassem uma posição perante o caso apresentado, dirigindo-se para o devido púlpito, consoante a sua decisão. Depois, os advogados, que teriam já a seu cargo defender determinada posição, teriam um tempo para se dirigirem até à pessoa, ou grupo, para discutirem e refletirem sobre o porquê daquela decisão/posição. Após isso, em cada grupo, as jovens escolhiam uma representante para pronunciar em voz alta os argumentos, podendo as outras jovens também participar, e o advogado da outra parte poderia levantar questões para que o grupo fosse refletindo e respondendo. As sessões terminariam com uma sentença, que surgiria em conjunto e era dita pelo juiz. Ficou decidido que seria o juiz que orientaria e manteria a ordem em todas as sessões, recorrendo ao martelo se necessário e daria a palavra a todos os presentes.</p> <p>As jovens pediram para que o primeiro caso fosse trazido por nós, referindo que estariam disponíveis para começarem já na semana seguinte, se fosse possível. Ainda relativamente à seleção dos casos/situações, as jovens também referiram que seria engraçado o facto de elas serem surpreendidas com diferentes casos, também trazidos pelos profissionais.</p> <p>No final da sessão, as jovens transmitiram que tinha sido bastante interessante, sendo de destacar a motivação que demonstraram nas suas palavras: “vai ser altamente”; “por mim fazia já hoje a primeira atividade”; “estou ansiosa para</p>
--	--

	<p>começarmos”. As jovens também compartilharam que gostaram da ideia de participar desde o início neste Projeto, reforçando que se sentiram ouvidas. Além disso, agradeceram a nossa disponibilidade para construirmos as sessões com elas todas as sextas no horário escolhido por elas, transmitindo que para elas era muito importante a questão da rotina e previsibilidade.</p> <p>Depois desta sessão, abordaram-se todas as questões com as profissionais da equipa técnica primeiramente e, depois, com os educadores. Todas as profissionais consideraram bastante interessante a ideia da construção do “tribunal”, referindo que as jovens tinham sempre muita criatividade e que isso deveria ser tido em conta quando pensavam criar algo para elas. A diretora técnica reforçou que, realmente, a questão da previsibilidade e da rotina era algo que as jovens valorizavam e que nesta sessão tinha dado para perceber isso mais uma vez.</p> <p>Além disso, a educadora social Laura salientou que achava muito importante trazer outros casos sem estarem propriamente relacionados com a instituição, pois no parecer dela “assim existirão outras e mais oportunidades de discussão e aprendizagem”.</p> <p>Quanto ao desejo das jovens relativamente à participação dos diferentes profissionais nas sessões, esta foi uma questão abordada com as profissionais da equipa técnica que se mostraram disponíveis, salvaguardando que todas as semanas eram diferentes umas das outras e que também teríamos de ter em consideração que profissionais poderiam participar nas diferentes sessões. Ao dialogar-se com os diferentes profissionais da equipa educativa, eles também demonstraram interesse em estarem envolvidos, mas pedindo também que a atribuição dos diferentes papéis fosse sempre feita no dia da sessão, no período da manhã. Respeitando o ritmo do trabalho dos profissionais, ficou decidido que teríamos encontros no próprio dia, ou seja, todas as sextas, com os profissionais que estariam disponíveis para participarem na sessão que decorreria durante a tarde, com o intuito de definirmos os papéis. Também se falou da importância de os profissionais nesses</p>
--	--

	<p>momentos tomarem “contacto” com o caso a ser discutido, pois, na opinião deles, seria importante estarem preparados para as situações e posições que iriam defender no momento da sessão.</p> <p>Tentando envolver os profissionais desde o início, partilhou-se com eles o facto de as jovens terem pedido que o primeiro caso fosse trazido por nós e vendo na opinião deles que caso achariam que poderíamos levar para a sessão seguinte. A psicóloga Rita partilhou que conhecia o caso das chávenas de Piaget, sendo que todos os profissionais concordaram que poderia ser uma boa história para se abordar nesta fase inicial com as jovens.</p> <p>Além disso, em conversa com os profissionais da equipa educativa, eles transmitiram que, para além de se trazerem casos da sociedade em geral, seria importante mobilizar para estas sessões situações que fizessem refletir as jovens acerca de vários temas relacionados com as atitudes que têm na casa, referindo que poderia ser uma boa forma também de consciencializar as jovens.</p>
--	--

Sessão n.º2: “Quem teve o pior comportamento?”	
Local	Sala de convívio da Instituição.
Data e hora	22 de fevereiro de 2019; 14:30h-15:30h.
Presenças	<p>Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Gaiata, Lili, Luana, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine.</p> <p>Profissionais – Dra. Rita (ET), Ed. Costa (EE) e Ed. Patrícia (EE).</p>
Descrição	<p>Da parte da manhã, reunimos com os profissionais com o propósito de ver quem estaria disponível para participar nesta primeira sessão que se realizou da parte da tarde. Por motivos vários, relativos à organização e tarefas da casa, da equipa técnica apenas a Dra. Rita conseguiu comprometer-se a participar. Além disso, o caso discutido no dia de hoje foi trazido por sugestão dela. Dos profissionais da equipa educativa, participaram as educadoras Costa e Patrícia. Neste encontro da parte da manhã também foi a altura em que tentámos perceber com estas profissionais que papéis é que gostariam de assumir nesta primeira sessão, tendo-lhes sido</p>

	<p>transmitido que isso iria ser sempre respeitado, uma vez que era importante que as pessoas se sentissem confortáveis. A Dra. Rita disse que gostava muito de ser juíza e as educadoras referiram que poderiam experimentar os papéis de advogadas.</p> <p>Posto isso, a segunda sessão realizou-se no dia 22 de fevereiro de 2019 e contou com a presença das 3 profissionais e de 9 jovens, tendo a jovem Núria faltado devido a compromissos pessoais. Nesta sessão, pretendíamos que as jovens refletissem acerca do caso que foi escolhido pelos profissionais e que o momento se desenrolasse como as jovens tinham falado na sessão anterior.</p> <p>Assim, pela hora que tinha sido acordada com as jovens, entrámos na casa e dirigimo-nos até à sala de convívio. A reação das jovens foi “engraçada”, uma vez que quando viram as profissionais vestidas com os blazers verbalizaram “vai começar o nosso tribunal”. Mesmo já estando a contar com a nossa presença, as jovens não encobriram o seu contentamento e, de facto, a presença das profissionais teve um bom impacto nas diversas jovens. A Sacaninha referiu que já tinham falado com o senhor Moreira por causa do martelo, mas que este ainda não o tinha conseguido arranjar para esta semana. Perante isso, a Dra. Rita perguntou se as jovens não se importavam que nesta sessão se usasse uma aplicação no telemóvel que faria o mesmo efeito do som do martelo. A Gaiata disse que conhecia uma boa aplicação para esse efeito e ajudou a juíza a procurá-la e a instalá-la. Enquanto isso, em conjunto com as outras jovens, organizamos a sala para iniciarmos com a sessão. A Pipoca Mendes ajudou-nos a ligar o computador e a projetar. Além disso, colocámos os sofás no meio da sala, afastados um do outro.</p> <p>Depois disso, a história foi projetada e lida pela juíza:</p> <p>“O João estava no quarto quando a mãe o chamou para jantar. Atrás da porta da sala, sem ele saber, estava uma mesa. E na mesa estava um tabuleiro com 15 chávenas. Ao entrar na sala, a porta bateu no tabuleiro e partiram-se todas as chávenas.</p>
--	---

	<p>O João tem um irmão, o Henrique. Enquanto a mãe foi ver o que se passava na sala, o Henrique quis tirar as bolachas que estavam no armário, embora a mãe já lhe tivesse dito para não o fazer. As bolachas estavam lá muito em cima no armário. Ao tentar chegar a elas, o Henrique tocou numa chávena que caiu e partiu.”</p> <p>A juíza disse que pretendia que as jovens pensassem, na sua opinião, qual dos rapazes tinha tido a atitude mais grave. Ou seja, pediu para que as jovens tomassem uma das duas posições, sendo que as jovens se dividiram em dois grupos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. As jovens Luana, Yasmine, Fred, Lili, Gaiata, Bandeirinha Júnior e Sacaninha defenderam que o Henrique teve o comportamento mais grave. 2. As jovens Pipoca Mendes, Arianas e Fred defenderam que o João é que tinha tido o comportamento mais grave. <p>Após as jovens terem tomado a sua posição, a juíza deu ordem para que cada advogada se reunisse com as jovens com que iriam ajudar a estruturar os argumentos. A Ed. Patrícia ficou com o primeiro grupo e a Ed. Costa ficou com o segundo grupo. Além dessa tarefa de estruturarem os argumentos, as jovens tiveram de decidir nos grupos quem posteriormente iria para o púlpito falar em voz alta.</p> <p>No momento em que as advogadas se dirigiram para os grupos, uma das jovens do primeiro grupo pediu uma folha e caneta para escrever as ideias que surgiram no grupo. As jovens do outro grupo falavam com a sua advogada sobre as suas opiniões.</p> <p>Depois, foi o momento em que cada grupo se dirigiu para o seu púlpito e foi possível observar que a Luana foi a escolhida pelo grupo para assumir o papel de representante e do outro lado tivemos a Arianas como representante. Foi transmitido às jovens que só iniciariamos com a apresentação dos argumentos quando elas se sentissem preparadas e assim foi. Quando as jovens se sentiram preparadas para começar, a juíza deu-lhes a palavra.</p>
--	--

	<p>De forma sucinta, o primeiro grupo considerava que a atitude do Henrique tinha sido a mais grave, afirmando “o que ele fez foi desrespeitar a mãe” “a mãe já lhe tinha dito para não ir buscar as bolachas”, dizendo que o que o rapaz fez tinha sido intencional, conduzindo maioritariamente os seus discursos para o campo do desrespeito da figura materna. Em contrapartida, as jovens do outro grupo valorizaram mais o facto do João ter partido as 15 chávenas, focando-se na questão monetária e do prejuízo. A jovem Ariana, reportando-se ao contexto familiar dela, referiu “se fosse comigo o meu pai valorizava mais o facto de ter partido 15. Já viram o que é partir 15 chávenas? Nem sei como é que o meu pai reagiria...”.</p> <p>Após ouvirem-se ambos os lados e as advogadas terem lançado algumas questões acerca do que estava a ser discutido, a juíza fez com que as jovens refletissem afinal quem é que tinha tido o comportamento menos correto. As jovens foram dando a sua opinião, mostrando-se envolvidas e trazendo os seus pontos de vista para defender a sua visão. É de salientar que em alguns momentos da sessão, a juíza recorreu ao martelo, pedindo “ordem no tribunal”.</p> <p>No final da sessão, as jovens refletiram sobre o impacto da sessão, tendo concluído que “gostámos muito de ter discutido assim” “consegui ver que há tantas opiniões diferentes” e verbalizaram que estavam ansiosas para ver qual seria o próximo caso a ser discutido.</p> <p>Junto das profissionais tentou perceber-se se se tinham sentido confortáveis ao assumir os diferentes papéis e o que tinham achado da sessão. Disseram que, apesar de ter sido a primeira sessão, consideravam que tinha corrido bem, mas que “os profissionais que participam enquanto advogados deveriam estar mais preparados, para estimularem as jovens a pensar mais além” (Ed. Patrícia). A Dra. Rita destacou que “neste caso houve realmente dois grupos, as jovens dividiram-se e assumiram ambas as posições, mas isso poderá não acontecer sempre. Se nenhuma das jovens tivesse assumido por exemplo o lugar do João seria interessante haver alguém que fosse para esse lado, o que não prejudicaria a sessão e as jovens seriam na mesma incentivadas a participar”.</p>
--	---

	<p>Uma sugestão trazida pelos profissionais foi a de que, quando estivessem a decorrer as sessões, se houvesse profissionais a não assumir papéis diretos na atividade, que poderia haver a possibilidade de eles ficarem no fundo da sala a presenciar a sessão. Na perspetiva das educadoras isso faria com que os diferentes profissionais conseguissem perceber a dinâmica da atividade que foi construída com as jovens e que futuramente, se pudessem vir a participar, seria mais facilitado o seu envolvimento.</p>
--	---

<p>Nas sextas feiras dia 1 de março e 8 março não se realizaram as sessões devido a compromissos diversos das diferentes jovens (idas ao centro de saúde e ao tribunal, usufruto de saídas lúdicas, visitas dos familiares). Para além disso, também os profissionais estavam atarefados com alguns acontecimentos que tinham surgido ao longo das duas semanas e que teriam de ser resolvidos. Desta forma, respeitando a disponibilidade das jovens e o trabalho dos profissionais, decidiu-se que a próxima sessão da Ação “Palcos de Diálogos e Reflexões” teria lugar na próxima sexta feira, dia 15 de março.</p> <p>Porém, nessas duas semanas dialogou-se com as jovens acerca da sugestão anteriormente descrita, trazida pelas profissionais, ao qual as jovens transmitiram que não se importariam que existisse “público”, como elas designaram, reconhecendo que isso poderia fazer com que tivessem sempre profissionais a participar com elas nas sessões, sendo que esse sempre foi um dos aspetos ambicionados pelas jovens.</p> <p>Além disso, no intervalo desta semana conseguimos que o Sr. Moreira nos arranjasse o martelo e a doutora Rita conseguiu trazer uma toga que ficou sempre à disposição do/a profissional que assumia nas diferentes semanas o papel de juiz.</p>
--

Sessão n.º3: “Que privilégio? Eis a questão”	
Local	Sala de convívio da Instituição.
Data e hora	15 de março de 2019; 14:00h-15:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Fred, Gaiata, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine.

	Profissionais – Dra. Rita (ET), Dra. Carminho (ET) e Ed. Lucas (EE).
Descrição	<p>A terceira sessão da Ação 1 “Palcos de Diálogos e Reflexões” realizou-se no dia 15/03/2019 pelas 14:00h, tendo contado com a presença de 9 jovens. Nesta sessão, já houve duas pessoas que ficaram como público, um profissional da equipa educativa e uma profissional da equipa de apoio. Podemos, para simplificar, apresentar, em primeiro lugar, que papéis é que foram assumidos pelos profissionais. Vale a pena referir que os profissionais assumiram os papéis que escolheram num momento anterior à sessão. Junto da equipa técnica percebeu-se que neste dia duas profissionais estariam disponíveis para participar: a psicóloga Rita e a educadora social Carminho. Da equipa educativa, o Ed. Lucas demonstrou interesse em estar envolvido, ficando com um papel. Assim, a Dra. Rita referiu que “gostava de participar de novo, mas desta vez posso ficar com o papel de escritora”. Os outros profissionais, não se tendo importado, transmitiram que gostariam de assumir o papel de advogados.</p> <p>Nesta sessão, ficámos com o papel de juiz. Ao assumirmos este papel, fomos mediadores e facilitadores do que se viveu neste encontro.</p> <p>Na semana anterior, a Núria veio ter connosco e demonstrou interesse em redigir uma situação para ser discutida nesta sessão. Dialogou connosco que queria ver discutida a questão relacionada com os privilégios que eram dados na instituição. Ao longo da conversa, fomos percebendo com a jovem que se referia principalmente ao privilégio dos cigarros. Além disso, a jovem referiu que se apercebia que alguns dos profissionais não concordavam com esse privilégio, dado por outros colegas, partilhando que achava que poderia ser um bom caso para discussão. Perante isto, construímos a seguinte história:</p> <p>“Na semana passada, a Catarina ajudou a mãe a fazer o jantar para 40 pessoas. Iam dar uma festa e a mãe estava muito atarefada. Com a ajuda da Catarina, a mãe conseguiu ter tudo pronto a tempo</p>

	<p>e ainda conseguiu ir ao cabeleireiro. Por a Catarina ter sido tão prestável, a mãe decidiu deixá-la fumar mais um cigarro naquele dia. À noite, o pai discordou do privilégio dado.”</p> <p>Na sessão de hoje, a Bandeirinha Júnior não se encontrava muito bem e, como não estava disponível para participar, a pedido da mesma não esteve presente na sessão.</p> <p>Entrámos na sala e as diferentes pessoas estavam vestidas a rigor como já tem sido explicado anteriormente. As jovens, por causa da roupa, conseguiram perceber de imediato que papel é que cada profissional ia assumir e ficaram bastante entusiasmadas por, mais uma vez, estarem envolvidos profissionais. Outro aspeto a ser referido é que as jovens começaram por preparar logo a sala mal nos viram a entrar na casa. Umas responsáveis por delimitar o espaço reservado à escritã, à juíza e aos advogados. Outras preocupadas em colocar os sofás em frente a essas pessoas, onde todas elas se colocariam e ainda houve uma jovem que preparou o computador e projetor para o caso ser projetado.</p> <p>A juíza no centro da sala, os advogados um de cada lado da juíza e as jovens em frente, estávamos prontos para iniciar mais uma sessão. A juíza leu o caso em voz alta e, perante ele, as jovens tiveram de assumir duas posições: se concordavam que o cigarro deveria ser um privilégio ou não. Ou seja, se ficariam do lado do pai (que não concorda com o cigarro) ou do lado da mãe (que ofereceu um cigarro à filha como privilégio), sendo que a juíza pediu para que as jovens tomassem uma posição.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. As jovens Luana, Yasmine, Lili, Gaiata, Pipoca Mendes, Ariana, Fred e Sacaninha colocaram-se no púlpito do lado do pai. 2. A jovem Núria colocou-se no púlpito do lado da mãe. <p>Enquanto ponderavam que posição iam tomar, principalmente as jovens Luana, Núria e Lili demonstraram que estavam com muitas dúvidas, tendo a Luana questionado “estou mesmo confusa... não posso ficar no meio?”. A par disso, a Núria salientou “penso que aqui</p>
--	---

	<p>o mais importante nem é a posição que tomas, mas sim refletires nos diversos casos”.</p> <p>Contudo, após as jovens terem tomado a sua posição, a juíza deu ordem para que os advogados se reunissem com as jovens. Dos advogados a Dra. Carminho ficou a defender o grupo que assumiu a posição do pai e o Ed. Lucas ficou responsável por defender as jovens que assumiram a posição do lado da mãe. Enquanto estavam reunidos com os advogados pudemos perceber que as diferentes jovens estavam envolvidas na discussão e reflexão que estava a ser realizada no seio do grupo, sendo que os profissionais advogados estavam a ouvir atentamente as opiniões das jovens e a fazer algumas perguntas, com o intuito de as jovens estruturarem as suas ideias.</p> <p>Depois, foi o momento em que as jovens voltaram para os devidos púlpitos e começaram a apresentar os argumentos que tinham discutido em grupo.</p> <p>A Luana foi novamente a escolhida para ser a representante do grupo. A jovem disse “eu perguntei-lhes se elas queriam falar aqui à frente, mas elas disseram que não, que tinham um pouco de vergonha”. Apesar de haver representantes nos grupos, todas as jovens puderam ir participando dando a sua opinião livremente.</p> <p>A Núria inicialmente demonstrou-se um pouco nervosa por ter de falar em voz alta, sendo que lhe demos um pouco de tempo para ela se acalmar. Contudo, o advogado que a acompanhou no momento anterior disse que ela tinha muitos argumentos, mas em defesa do pai, ou seja, contra à mãe (posição que ela assumiu inicialmente), o que estava a fazer com que ela não se sentisse confortável em assumir aquele lado, tendo falado em voz alta a sua opinião. Perante isso, entendemos que deveríamos dar a oportunidade à Núria de passar para junto das colegas, defendendo a posição do pai. Sendo assim, ninguém ficou do lado da mãe e a psicóloga Rita que estava a assumir até àquele momento o papel de escritã disse que não se importava de assumir o lado da mãe, o que facilitou o</p>
--	---

	<p>desenvolvimento da sessão e contribuiu para o desenrolar da mesma.</p> <p>Dando a palavra à Dra. Rita, psicóloga, esta apresentou argumentos como:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “a filha desse casal já fuma, é um dado adquirido para nós e aqui a entrega do cigarro era só como um privilégio. Além de ser só um cigarro, o que não terá muito impacto a nível da saúde, era uma coisa que dava prazer à filha. Ela realmente precisava de ser recompensada e parece-me que a mãe ao lhe dar esse cigarro, ela irá sentir que foi recompensada por uma coisa boa que fez”. <p>A Luana, enquanto representante do grupo 1 apresentou argumentos como:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “nós estamos do lado do pai. Ok, ela fez um trabalho e ajudou a mãe a fazer as coisas, mas a mãe poderia ter-lhe dado outro privilégio que não lhe prejudicasse a saúde. Podia ser verdade que a Catarina gostasse e quisesse um cigarro, mas a mãe ao ter essa atitude, só está a contribuir para problemas de saúde. O facto de ser só um cigarro poderia não fazer muito mal, mas é como se diz “é mais um prego para o caixão”. Achamos que poderia ter sido dado outro privilégio e ela também se sentiria valorizada e recompensada pelo que fez”. <p>Após serem expressos os argumentos acima, a juíza deu a palavra aos advogados para que eles pudessem levantar questões ao outro lado, que não fosse aquele que estavam a defender. Assim, a advogada Carminho levantou questões à Dra. Rita e o Ed., advogado Lucas dirigiu questões ao grupo 1.</p> <p>O Ed. Lucas lançou a seguinte questão para as jovens:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “a menina disse que poderia ter sido dado outro privilégio que não um que prejudicasse a saúde e, então, eu gostava que me desse um exemplo de um privilégio que considerasse mais correto para esta circunstância”. <p>A Luana respondeu:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “por exemplo, se a Catarina tivesse horas definidas para ir para a cama, darem-lhe mais uma hora ou meia hora, dependendo do que
--	---

	<p>os pais decidissem. Deixarem a menina ir um pouco mais tarde para a cama. Com certeza que a menina ia gostar mais de se poder deitar um pouco mais tarde e poder estar no telemóvel ou ter uma saída com amigos do que um cigarro”.</p> <p>O advogado disse:</p> <p>- “nós sabemos que a hora de sono também é importante para a saúde e deixá-la deitar-se mais tarde também traz malefícios para a saúde. Como a questão do telemóvel, temos discutido cá em casa que o estar demasiado tempo ao telemóvel também não é muito bom. Por isso, eu considero que esses exemplos estão ao mesmo nível da questão do cigarro”.</p> <p>A jovem Ariana referiu:</p> <p>- “lá está, eu não estou a dizer que a mãe lhe ia propor ir dormir mais tarde...o privilégio poderia ser dado de dia e não à noite. Podiam ser vários privilégios: fazer uma atividade que ela gostasse. Se formos a pensar na questão da saúde acho que a mãe não lhe devia ter dado o cigarro também”.</p> <p>A Dra. Carminho, dirigiu, também, algumas questões à doutora Rita, que estava a defender a posição da mãe, tendo sido elas:</p> <p>- “você que está a defender a perspetiva da mãe, a saúde não é algo que a preocupa?”</p> <p>A Dra. Rita respondeu:</p> <p>- “sim, a saúde preocupa-me, mas tal como a Luana referiu era mais um prego para o caixão. Portanto, a pessoa já estava a fumar e por isso não me parece tão importante. Se fosse uma não fumadora, aí sim, essa questão da saúde colocar-se-ia, pois estaria a incentivar a pessoa a fumar. Por isso, nesta situação, parece-me mais importante os ganhos que a mãe tem ao dar este cigarro à filha, as oportunidades que vai ter de criar relação se calhar. E não sei se esta mãe concorda com o facto de a filha fumar ou não, mas até poderá vir a incentivar a que a filha o deixe de fazer e o ganho nesta situação muito concreto, ela ajudou e ajudou em casa. Se a mãe achou por bem privilegiar é porque se calhar esta filha não devia ajudar muito</p>
--	---

	<p>a família e, portanto, este ganho, tendo em conta que ela já fumava...”</p> <p>A advogada Carminho reforçou:</p> <p>- “neste caso era para dar um privilégio a um comportamento positivo que a filha teve, um comportamento positivo porque ajudou a mãe. Está a referir-me então que a única coisa que a filha valoriza é o cigarro? Não poderá haver outras coisas que não fizessem mal à saúde? Como a minha cliente disse, por exemplo, fazer um passeio durante a tarde com a família, ter o privilégio de ir ao cinema. Ou seja, ter outros privilégios ou outras regalias que ela gosta e que a iriam satisfazer na mesma?”</p> <p>A Dra. Rita, perante essa questão, afirmou:</p> <p>- “se calhar sim, se calhar havia outras coisas que ela valorizava. Esta questão do cigarro parece que ela valorizava muito. Não sei se essas outras coisas ela valorizaria tanto quanto parece valorizar um cigarro. Por isso a mãe pensou nesta questão do cigarro porque sabia que lhe ia dar este benefício. A questão da saúde não vejo como uma questão tão preocupante e acho que algumas das suas clientes também não veem. Se podemos comparar um cigarro a uma saída se calhar podemos... eu não tenho mais informações sobre o caso, não sei se esta jovem valorizava a saída ou não. Conheço os jovens no geral e eles costumam valorizar a saída. Se calhar sim, mas entre uma saída e um cigarro não vejo porque não um cigarro”.</p> <p>Perante essa intervenção, a Luana e a Ariana declararam que achavam que normalmente os pais não apoiavam que os adolescentes fumassem e que a mãe, dando um cigarro à filha uma vez como privilégio, isso seria motivo de a filha outras vezes que tivesse um privilégio, quisesse de novo esse.</p> <p>A Lili disse que achava que o que a mãe deveria ter feito era dar outro tipo de privilégio. A Núria, durante a sessão, foi demonstrando que concordava com argumentos de ambos os lados, reiterando por diversas vezes que “isto para mim é complicado. Porque eu enquanto fumadora queria o cigarro, mas também percebo o lado dos pais, porque neste caso coloco-me do lado da minha tia e sei que ela,</p>
--	--

	<p>enquanto responsável por mim, talvez achasse melhor para mim dar-me outra coisa como privilégio”.</p> <p>A Luana ainda referiu “de certeza que iria saber muito melhor e seria mais construtivo uma saída com a família do que o cigarro. Acho que a mãe poderia ter dado privilégios bons.”</p> <p>O advogado Lucas disse:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “em defesa da minha cliente eu diria que isso era importante sim. Mas naquele momento em que a mãe estava com a filha o pai estava ausente e, portanto, se calhar se o pai estivesse presente talvez fosse possível pensar noutro privilégio...” <p>A Luana interrompeu o advogado e expôs de imediato:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “...pois, por isso é que o pai discordou. Eu acho que normalmente em família os privilégios e as consequências que se deve dar devem ser em conjunto. Neste caso o pai com a mãe porque o decidirem sozinhos poderá originar conflito. Pois decidir um sozinho e depois o outro discordar isso também não é saudável”. <p>A Dra. Rita declarou:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “...reforçando um pouco esta ideia acho que sim, acho que poderia ter havido outras atividades que poderiam ter funcionado bem, mas o facto de a filha já fumar e de uma mãe, que assume que sabe, estar a dar como privilégio aquilo que poderia ser até um momento de criar ali relação e a mãe poder falar mais abertamente sobre a questão do tabaco e chegar de uma forma mais próxima à filha que não tinha outras oportunidades para o fazer. Foi o dar controlado, não foi um autorizar “agora fuma o que quiseres...” foi dar um cigarro como privilégio para valorizar neste caso a competência de solidariedade para com a mãe” e, como já disse, se calhar isto poderia abrir a relação entre as duas para se falar sobre o assunto do tabaco. Como se houvesse uma relação direta: estou a dar-te um cigarro, mas também me vais ouvir sobre este assunto do consumo. <p>A advogada Carminho questionou:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “nós, ao premiarmos um comportamento positivo dessa maneira, não estaremos a reforçar o consumo do cigarro? Ou
--	---

	<p>efetivamente poderão existir outras coisas que trarão mais ganhos a esta menina? Não poderá haver outras coisas até mais importantes do que o cigarro para a jovem?”</p> <p>A Dra. Rita transmitiu:</p> <p>- “a questão da saúde põe-se, mas não por este cigarro. Quanto a haver outras atividades sim. Mas, pensando que “eu preciso que ela sinta que ela ao ajudar a mãe, ao ajudar a família é importante”, nós sabemos que ela vai sentir mais isso se reforçamos esse comportamento. Ou seja, eu preciso que ela sinta que eu realmente gostei, que a mãe realmente gostou que ela tivesse feito aquilo. Para se conseguir isso, a mãe pensou que ao dar-lhe algo que ela queria muito, que ela gostava muito, aumentava aquele sentimento de solidariedade, de querer ajudar a família. O cigarro para ela é uma coisa que ela valoriza muito. Por isso, dar um cigarro tem mais ganhos neste sentido”.</p> <p>A advogada Carminho reiterou:</p> <p>- “então...pelo discurso que está a ter estou a entender que não faria um trabalho com a sua filha no sentido de incentivar que ela deixasse de fumar”.</p> <p>Ao qual a Dra. Rita respondeu:</p> <p>- “acho que se a mãe fizesse esse trabalho, o dar um cigarro, poderia abrir uma porta para se conseguir continuar a fazer esse trabalho com a filha”.</p> <p>- de que forma? – questionou a advogada Carminho.</p> <p>A Dra. Rita reagiu:</p> <p>- “no fundo ao abrir a comunicação, ao transmitir “eu sei que tu fumas, podes falar comigo sobre isso” e ao abrir esta linha de comunicação que, por vezes, é um pouco fragilizada entre pais e filhos poderia permitir que a mãe tivesse mais oportunidades de fazer o incentivo a não fumar. Por isso, acho que o dar este cigarro poderia ser um caminho para se trabalhar essa questão”.</p> <p>Neste momento demos a palavra à Luana que acrescentou que no seu parecer:</p>
--	--

	<p>- “podiam dar como privilégio outra coisa. Pois eu acho que se a filha nem valorizava tanto, a família deveria valorizar porque é a família. Então, se o privilégio passasse por fazerem algo em família, talvez isso os aproximasse mais. Também acho que a mãe poderia falar abertamente sobre a questão do cigarro da filha sem lhe dar o cigarro, pois, a qualquer momento, os pais podem, ou deveriam poder conversar abertamente com os filhos e os filhos com os pais abertamente sobre essas coisas. Ela até poderia valorizar muito o tabaco, mas acho que é muito mais importante valorizar a família. Então, fazer uma atividade que os unisse poderia fazer com que tivessem mais proximidade”.</p> <p>A juíza deu a palavra à Dra. Rita que desejou intervir, afirmando que:</p> <p>- “é claro que toda a gente sabe e esta jovem devia saber: não é ideal os adolescentes fumarem. Ao dar o cigarro, a mensagem que estamos a passar é: “isto que fizeste, o ajudar a mãe foi tão bom que eu até te dou um cigarro” porque aquilo que eu quero é que ela valorize a família”.</p> <p>A Sacaninha participou, dizendo que:</p> <p>- “partindo do pressuposto que os pais sabiam que a jovem fumava, mas não aprovavam muito esse comportamento, o ato da mãe ao dar um cigarro pode parecer incentivo para a continuação desse comportamento. Por isso, se os pais não aprovavam, deveriam sempre mostrar isso”.</p> <p>A doutora Rita acrescentou:</p> <p>- “o papel dos pais é desenvolver os filhos, fazer com que sejam bons cidadãos e, sendo que esta jovem já fumava e pelos vistos não tinha muito a característica de ser solidária com a família, se não é mais importante eu educá-la a ser uma boa cidadã, ajudando os outros, ter um lado solidário do que estar mais preocupada com a saúde? Sendo que sei que ao dar-lhe um cigarro sei que estou a valorizar a atitude dela”.</p> <p>A advogada Carminho referiu:</p>
--	---

	<p>- “ninguém está a pôr aqui em causa que realmente a jovem tem de ser recompensada pelo ato que teve. A questão aqui é que poderia ter havido outro privilégio e o que achamos é que havia outras possibilidades para o fazer sem ter que prejudicar a saúde da filha. Porque é um malefício para a saúde estar a dar isso”.</p> <p>A Dra. Rita, respondendo ao que foi exposto anteriormente, referiu que se nem o governo impõe regras para que os jovens não fumem, não serão os pais que o farão.</p> <p>A Ariana expôs que:</p> <p>- “eu acho que não foi o dar o cigarro que fez com que a filha se desenvolvesse e como já foi dito pelas minhas colegas isso só a iria incentivar a fumar mais e mais. E como sempre me disseram “eu não sou todo mundo” então em minha casa eu tenho as minhas regras e todos aqui na sala em casa têm as suas regras. Lá por o país não proibir os adolescentes de fumarem não quer dizer que os pais não o possam fazer ou dizer que não gostam e decerto que ia ser mais agradável passarem tempo em família, o que faria com que ela desse mais valor à família”.</p> <p>A Pipoca Mendes declarou:</p> <p>- “eu acho que os pais devem dar o exemplo aos filhos e acho que a mãe ao dar o cigarro estava a transmitir “podes fumar””.</p> <p>As jovens estavam muito concentradas na discussão que decorria e iam fazendo intervenções de forma cuidadosa e respeitadora. Quando não havia mais intervenções de nenhuma das partes, a juíza questionou ao grupo se alguém, após ter vivenciado e participado na discussão, se optaria por mudar de posição, dando essa oportunidade às jovens. Como foi visível, a Núria referiu “eu estou deste lado..., mas para mim continua a ser muito confuso decidir-me, mas estive a ouvir as minhas colegas e a doutora e consegui ir indo refletindo sobre isto tudo”. A jovem Luana referiu “enquanto fumadora eu queria estar daquele lado até, mas eu defendo este e coloco-me neste porque acho que é o mais correto”. A jovem Ariana disse “por um lado, a mãe deu-lhe o que ela gostava para a recompensar, mas em termos de saúde e educação não é bom. E isso</p>
--	--

	<p>eu sei ver, mesmo fumando. Estar a dar-lhe um cigarro é entregar-lhe o vício e isso não é bom e, quando, nesse momento, a mãe poderia controlar o que era bom para a filha preferiu dar-lhe algo que lhe fazia mal. Se pensarmos que foi só um, poderíamos pensar todas as vezes que era só mais um, só mais um e depois? Isso fazia mal à Catarina”.</p> <p>Quase a finalizar, a Dra. Rita questionou a juíza se poderia fazer mais uma intervenção, sendo que a resposta foi positiva. A profissional disse às jovens que gostava de as questionar se elas pensavam que o facto de a mãe ter dado um cigarro à filha se significava que a mãe não se preocupava com ela. As jovens responderam muito rápido que não, mas eram da opinião que a mãe tinha o dever de “não alimentar o vício”.</p> <p>Para terminar, refletiu-se que efetivamente a intenção era reforçar/recompensar um comportamento bom e que, portanto, existiam outras formas de privilegiar sem estarmos a incentivar uma coisa que sabíamos que fazia mal à saúde. Que, no fundo, não devemos deixar passar o facto de a filha ter tido um comportamento bom, de valorizar, mas que o privilégio não deve ser o cigarro, porque tem perigos.</p> <p>Após esta sessão, reunimos, tanto com os profissionais que assumiram os papéis, como com as jovens com o intuito de perceber como é que se sentiram e que impacto é que a discussão teve em cada um deles. A Dra. Rita referiu que “sempre achei que houvesse alguém a assumir aquele lado, mas acabou por ser engraçado”, acrescentando “desde o início foi, intencional, a maneira como falei e apresentei os argumentos. A minha ideia era incentivar, puxar por elas e acho que isso aconteceu”. O Ed. Lucas referiu que “foi a primeira vez que tive a oportunidade de participar, mas espero que não seja a última. Hoje, esta situação proporcionou uma discussão acesa entre elas, e mais importante que isso, é que se começa a sentir que elas se conseguem ouvir melhor sem ter de gritar umas com as outras, por exemplo. Além disso, foi também um desafio para mim assumir este papel, uma posição que no fundo não era aquela que eu</p>
--	---

	<p>concordava, mas que foi importante ser assumida para elas refletirem que há pessoas que efetivamente pensam de outra maneira e que é importante refletir acerca das diversas atitudes com que elas se possam deparar ao longo da vida”. A Dra. Carminho expôs que ficou impressionada como é que as jovens defenderam tão bem a sua posição, lembrando que, enquanto fumadoras, conseguiram pensar mais além. Os profissionais concordaram que a dinâmica que se vivenciou pode ter sido possível devido ao facto de lhes darmos tempo para pensarem e estruturarem as ideias e opiniões.</p> <p>Foi possível observar que algumas jovens tendiam a ter uma participação menos ativa, mas, na opinião destes profissionais, “isso irá acontecer sempre. Ora porque estão num dia menos bom, ora porque não estão disponíveis para a participação”. Contudo, era visível que mesmo as mais caladas estavam a ouvir o que estava a ser dito e, na opinião da profissional Carminho, “o elas não falarem não quer dizer que não estejam a refletir”.</p> <p>A Dra. Rita, tendo estado presente nas duas sessões, referiu que aparentemente esta tinha tido mais impacto nas jovens, tendo o envolvimento sido constante ao longo de toda a sessão. Refletimos que isso poderia estar relacionado com o facto de ter sido uma situação trazida por uma das jovens e por abordar uma questão tão comum a muitas delas.</p> <p>Ao encontro da opinião da Dra. Rita, as jovens foram consensuais ao referirem que esta sessão tinha corrido muito bem, tendo sido positiva em vários aspetos. A jovem Núria disse “foi giro ver as duas doutoras a discutir...quer dizer, eu sei não era discutir. Estavam a conversar sobre um assunto que não é assim tão longínquo da nossa realidade”. As jovens Sacaninha e Ariana transmitiram que tinha sido bastante interessante o que se tinha discutido. A Luana referiu “senti que era muito difícil argumentar com a doutora Rita, ela estava a falar e estava a mexer-me com o cérebro”. A Yasmine disse que “foi bom porque o que disseram fez-nos pensar em algumas atitudes que temos”. A Lili expôs “sou bem capaz de daqui para a</p>
--	--

	frente, quando tiver a oportunidade de escolher um privilégio, talvez escolher uma saída com alguém ou querer mais tempo com o telemóvel para poder falar com a minha mãe”.
--	---

Sessão n.º 4: “Contar ou não contar: o que fazia eu nesta situação?”	
Local	Sala de convívio da Instituição.
Data e hora	22 de março de 2019; 14:00h-15:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Gaiata, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine. Profissionais – Dra. Rita (ET), Ed. Filipe (EE).
Descrição	<p>A quarta sessão da Ação 1 “Palcos de Diálogos e Reflexões” realizou-se no dia 22/03/2019 pelas 14:00h, tendo contado com a presença das 10 jovens e com a presença de dois profissionais que assumiram papéis de advogados. Nesta sessão como público, tivemos dois profissionais da equipa educativa. Para o papel de juíza nesta sessão, a pedido das jovens, conseguimos envolver uma das estagiárias. Nesta sessão, assumimos o papel de escritã. Ao assumirmos este papel, conseguimos estar atento de forma mais pormenorizada à dinâmica da sessão e como é que as diferentes pessoas assumiam os seus papéis.</p> <p>A situação que aqui foi discutida nesta sessão foi trazida, também, por uma das jovens, tendo sido pedido, pela jovem, inúmeras vezes, para que não fosse referido em lado algum que tinha sido trazido por ela. Juntas, para esta sessão, e apoiadas no assunto que a jovem desejava discutir com as colegas e com os profissionais, redigimos esta situação:</p> <p>“O Pedro contou um segredo ao seu melhor amigo (Miguel), mas antes de ele contar o Miguel deu a sua palavra de que ficaria entre os dois. O Pedro conta que atropelou uma pessoa e, por isso, vai se refugiar na casa de uma prima. Quando a polícia procura o Miguel para saber do Pedro, o que é que o Miguel deve fazer?”</p>

	<p>Na manhã desta sexta feira, reunimos com os profissionais que assumiriam o papel de advogados com o intuito de lerem o pequeno excerto acima e decidirem qual deles assumiria ficar do lado do amigo (não contar) e do lado da polícia (contar), tendo ficado decidido que a Dra. Rita assumiria o lado do amigo e o Ed. Filipe o lado da polícia, ficando responsáveis, como já foi perceptível, de reunir com as jovens que assumissem essas posições nos púlpitos.</p> <p>Chegada a hora da sessão, entrámos na casa e dirigimo-nos para a sala de convívio, sendo que as jovens nos ajudaram a organizar a sala. Foi nítido o contentamento das jovens, quando se aperceberam que o Ed. Filipe iria assumir o papel de advogado, participando na sessão com elas.</p> <p>A juíza leu a pequena história em voz alta e, perante ele, as jovens tiveram de assumir duas posições: se o Miguel devia contar à polícia ou se não devia contar.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. A Fred dirigiu-se para o púlpito do lado do amigo. 2. As restantes jovens, Luana, Pipoca Mendes, Núria, Ariana, Yasmine, Lili, Gaiata, Bandeirinha Júnior e Sacaninha colocaram-se no púlpito do lado da polícia. <p>Após as jovens terem tomado a sua posição, a juíza deu ordem para que os advogados se reunissem com as jovens. É de referir que nesse primeiro espaço de discussão e partilha em pequeno grupo, algumas das jovens demonstraram-se mais participativas, como foi o caso da jovem Gaiata e da Bandeirinha Júnior. Nesse momento, a juíza teve de recorrer algumas vezes ao martelo, pedindo “ordem no tribunal”, uma vez que algumas jovens não se estavam a conseguir ouvir umas às outras, devido a algum barulho derivado das opiniões diferentes.</p> <p>No segundo momento da sessão, as jovens puderam apresentar os argumentos. Em cima dos púlpitos encontravam-se as representantes que, num dos lados, foi a Fred, pelo motivo de estar sozinha. Do outro lado, foi, de novo, escolhida a Luana. Perante isso, demos a possibilidade de uma outra colega se juntar à Luana no púlpito, ajudando-se uma à outra a dizer os argumentos discutidos</p>
--	---

	<p>em pequeno grupo, sendo que a Yasmine disse que acompanhava a colega.</p> <p>A Yasmine começou por argumentar:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “nós achamos que o Miguel deveria contar à polícia, mesmo eles terem acordado que era uma promessa, porque foi uma coisa muito grave”. Para complementar a ideia da colega, a jovem Luana referiu “foi um crime muito grave e colocou a vida da pessoa em risco. Mesmo ele sendo melhor amigo deveria contar”. <p>Do lado contrário, a Fred apresentou como argumento:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “eu sou a favor de ele não contar à polícia, pois ele fez uma promessa ao amigo. Também não sabemos se a outra pessoa ficou assim tão mal. Sou a favor que ele se esconda em casa da prima e mesmo que o Pedro seja punido, sou a favor que o Miguel o defenda”. <p>Além desses, a Fred também referiu alguns argumentos como “não deve contar porque houve a promessa”; “eu coloco-me no lugar dele, não devia contar porque se não ele deixaria de ser meu amigo e se fosse ao contrário também não queria que ele contasse”; “a amizade é o mais importante”.</p> <p>O advogado Filipe pediu a palavra e disse:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “pegando nos argumentos da cliente da minha advogada, exatamente por não saber como é que a pessoa ficou, ou não, num estado grave, independentemente dessa situação, é a vida de uma pessoa que está em jogo”. <p>Perante isso, a Fred referiu:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “eu acho que mesmo que a pessoa tenha ficado em estado grave, eu acho que a amizade deve ficar sempre em primeiro lugar”. <p>A Sacaninha defendeu:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “eu acho que por vezes devemos incluir a promessa nas nossas amizades, mas também ajudar os nossos amigos a saber também ser amigo”. Para completar esta ideia, a jovem Pipoca Mendes disse “...e a não encobrir”. <p>A Luana expôs:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “eu aceito que a amizade é muito importante sim, mas neste caso estamos a falar de um atropelamento e parece que, da maneira como
--	--

	<p>está escrito o caso, que a pessoa atropelou e fugiu. Ele devia pensar na vida da outra pessoa e deveria dizer sim à polícia, não colocando em jogo a vida da pessoa”.</p> <p>A Fred respondeu diretamente à colega dizendo que:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “eu acho totalmente o contrário”. <p>A Dra. Rita, como advogada da Fred disse:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “não temos a informação se a pessoa atropelada está mal ou não e o Pedro pode só ter fugido por medo. Eu gostava de questionar se o Pedro, a pessoa que atropelou, fosse, por exemplo, o vosso pai?” <p>A Luana quis responder à questão, afirmando:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “mesmo assim eu acho que deveria contar. Porque se, por exemplo, fosse alguém a atropelar o meu pai, eu também não gostava que atropelassem e fugissem sem ajudar”. <p>O advogado Filipe questionou a Fred:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “o que é mais importante para si? A amizade ou a vida de uma pessoa? Que pode ser exatamente um amigo, um familiar ou um desconhecido”. <p>Ao qual a jovem respondeu de imediato “a amizade”.</p> <p>A Ariana declarou: “nós temos de pensar se fosse connosco. Se fugiu por medo, quem tem medo compra um cão. Se atropelamos uma pessoa devemos ajudar. O que ele fez foi um ato de cobardia. Imaginemos aquela pessoa estava a fazer a sua vida normal e de repente é atropelada por outra pessoa que foge”.</p> <p>A Bandeirinha Júnior disse:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “eu acho que ele fugiu não foi por se ter assustado. Ele fugiu por causa das consequências”. <p>A advogada Rita explicou:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “eu falei da questão do medo, ela não está escrita. Vocês estavam a apresentar que ele fugiu porque magoou a pessoa e pode não ter sido. Pode ter sido apenas porque se assustou e fugiu. O certo é que fugiu e, tendo fugido, a situação ficou mais grave e contou ao amigo e o amigo agora tem o direito de dizer onde é que ele está, provocando danos na vida dessa pessoa? Ou seja, já pensaram nos danos que ele pode causar na vida do amigo ao contar que atropelou
--	---

	<p>alguém, sem sabermos se houve danos ou não para a pessoa atropelada?”</p> <p>Ouviram-se várias jovens a responderem que sim. A Ariana quis fundamentar a sua resposta, dizendo que atropelar era crime e que tinha de ser denunciado. Além disso, referiu que o Pedro, ao ter tido a atitude de fugir, tinha sido imaturo e “lá por ele ser meu amigo não pode deixar de ter consequências do que faz mal. Toda a gente as tem”.</p> <p>O advogado Filipe quis participar, referindo:</p> <p>- “mais importante do que estar a supor é discutir diretamente aquilo que está em causa. Houve um atropelamento e um encobrimento de um crime. Deixando outra questão no ar: toda a gente tem amigos, melhores amigos, e eu pergunto de que forma é que se mantém a ordem social havendo atropelamentos todos os dias quando contamos a amigos?”.</p> <p>A Fred, após ter pedido algum tempo para pensar, respondeu:</p> <p>- “eu continuo a achar que ele não devia denunciar o amigo. Mesmo que tente falar com ele e explicar que ele cometeu um erro, mas a amizade é sempre muito importante”.</p> <p>A Luana referiu que, se todos os dias houvesse atropelamentos e se todos fossem encobertos, “não havia justiça e as pessoas não teriam consequências pelos atos maus e aqui não interessa a amizade, interessa é a vida das pessoas. O Pedro o que tinha de fazer era parar o carro e ver se a pessoa estava bem”.</p> <p>A Pipoca Mendes mencionou que a amizade, neste caso como em todos os outros, interessa, mas que “amigo que é amigo sincero e verdadeiro, neste caso iria fazer queixa, porque queria o bem e não o mal. Se contasse, acabaria por ajudá-lo e, se não contasse, iria prejudicá-lo ainda mais, pois iam acabar por descobrir e ia ser pior”.</p> <p>O advogado Filipe propôs uma reflexão sobre o sistema legal, referindo que exatamente por a vida das pessoas não estar na mão de outras pessoas é que existe uma lei penal para resolver os casos, mantendo a ordem social. Além disso, a advogada Rita tentou perceber se as jovens achavam que, se o jovem não fosse punido se</p>
--	---

	<p>ele voltaria a repetir o comportamento. Ao qual as jovens responderam que não, mas alegaram ideias, como “não ia repetir necessariamente, mas o mínimo que teria e fazer era parar o carro e prestar auxílio”; “se ele fugiu foi de certo porque ele tinha medo das consequências que poderia ter”.</p> <p>A Ariana ainda referiu que “os acidentes não se escolhem, acontecem e a pessoa não pode prever. Por isso, acho que sim, acho que ele deve ser castigado como qualquer outra pessoa”.</p> <p>A Dra. Rita questionou se fazia diferença para as jovens saber se a pessoa atropelada saiu ilesa do acidente. Perante isso, as jovens referiram que apesar de como a pessoa tenha ficado ou não, isso era importante para a pessoa em si, mas que o jovem deveria ter contado na mesma à polícia. A Pipoca Mendes, ao referir-se à promessa que o amigo fez, aludiu que a promessa foi realizada antes de saber do que se tratava, o que na opinião da jovem era um aspeto que fazia diferença. Na opinião da Luana “uma situação destas não se deve guardar para ninguém e deve ser dita”.</p> <p>O Ed. Filipe, no papel de advogado, perante as afirmações que se foram ouvindo, questionou a Fred se fosse sabido que a pessoa atropelada tinha ficado em estado grave se contava, tendo a jovem dito que não contava na mesma e acrescentou “eu não estou preocupada se ele ficou bem ou mal, mas sim com a promessa que eu fiz ao meu amigo”.</p> <p>No final da sessão, falou-se da importância de alguns dos argumentados apresentados e que a questão era que se tratava de um crime, independentemente das consequências que surgiram ou não. Discutimos que efetivamente não sabíamos o estado em que a pessoa tinha ficado, mas tem de existir o respeito pela vida do outro. Também se concluiu que a amizade é importante na vida uns dos outros e que faz sentido consideramos o facto de termos feito promessa a alguém, mas que também há limites em todas as amizades e em todas as relações.</p> <p>Ao longo da sessão, quando algumas jovens se exaltavam, a juíza recorria ao martelo e ouvia-se comentários da parte das jovens</p>
--	--

	<p>dirigidos a colegas como “assim isto não tem piada nenhuma, isto não é para ganhar ou perder, é para perceberes. É para refletirmos sobre o que falamos”. Além disso, também as jovens acabam por tentar manter a dinâmica da sessão organizada. Presenciou-se num dos momentos em que uma jovem começou a bater palmas quando de uma intervenção de um dos advogados e houve logo várias jovens que se demonstraram um pouco incomodadas com a atitude da colega, referindo “no tribunal tu bastes palmas?”; “tens de aprender a ouvir e a respeitar”; “Mesmo que não concordemos com o que é dito, o exercício aqui é pensar”.</p> <p>Num momento posterior à sessão dialogámos com as pessoas que estiveram envolvidas na sessão. O Ed. Filipe falou da importância de existir o tempo em que as jovens se reuniam com os seus advogados, uma vez que, nesse momento, tinham a oportunidade de discutirem em pequeno grupo e algumas das jovens sentiam-se melhor ao participarem naquele momento. Daí, na opinião dele, “será importante preservar esses momentos, cuidar deles para que as diferentes jovens participem”. Também referiu “por vezes parece que o que é dito é da boca para fora, mas no fundo elas estão a questionar-se e a refletir acerca do que ouvem”.</p> <p>A discussão criada foi considerada pelo grupo positiva. Contudo, a maior parte das jovens transmitiu que não compreendia o pensamento da colega Fred, mas reconheceram o esforço que fizeram para a ouvir nas suas intervenções. As jovens referiram, igualmente, que tinham gostado muito que o Ed. Filipe tivesse participado, pois, nas palavras delas, “a sessão foi mais divertida” e o educador partilhou connosco que considerou que encarou o papel dele com um lado mais cómico, mas que “nunca deixei de ter o foco naquilo que era esperado”.</p> <p>A Dra. Rita referiu que sentiu que as jovens trouxeram argumentos muito válidos e que as sentiu mais capazes de defender a sua posição. No mesmo sentido, as jovens partilharam que se sentiam mais seguras para partilharem as suas ideias e que sentiam</p>
--	--

	que era bem mais divertido quando os advogados interpretavam as personagens.
--	--

Sessão n.º5: “Devolver o dinheiro ou não devolver?”	
Local	Sala de convívio da Instituição.
Data e hora	29 de março de 2019; 14:00h-15:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Gaiata, Lili, Luana, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine. Profissionais – Diretora técnica (ET), Dra. Margarida (ET) e Ed. Vicente (EE).
Descrição	<p>A quinta sessão da Ação 1 “Palcos de Diálogos e Reflexões” realizou-se no dia 29/03/2019 pelas 14h, tendo contado com a presença de 9 jovens (a Núria encontrava-se indisposta, não tendo, portanto, comparecido a esta sessão). A situação destinada para esta sessão tinha sido precisamente trazido pela Núria, mas devido à jovem não ter comparecido à sessão, junto da equipa técnica criou-se um caso para ser discutido nesta sessão e a situação, que estava destinada para esta sessão, ficou de ser discutida para a próxima sessão, dado que a Núria partilhou o interesse de estar na sessão em que ela fosse alvo de reflexão e debate.</p> <p>Antes desta sessão, da parte da manhã, junto da equipa técnica percebemos que duas das profissionais estavam disponíveis para participar, a Diretora técnica e a Dra. Margarida. Da equipa educativa, o Ed. Vicente demonstrou interesse em participar. Respeitando as decisões dos profissionais, cada um deles envolveu-se na sessão, tendo escolhido os papéis que gostariam de desempenhar. Assim, a Diretora técnica referiu que “eu prefiro ficar como advogada, pois aqui na casa parece que muitas vezes assumo como que um papel de juíza”, a Dra. Margarida aludiu que gostava de experimentar estar, igualmente, no papel de advogada e o Ed. Vicente preferiu ficar com o papel de escritã, uma vez que era a primeira vez que ia participar e, segundo o mesmo, “será um papel</p>

	<p>mais fácil para eu ver como é que a sessão se desenvolve”. O papel de juiz nesta sessão foi desenvolvido por uma das estagiárias.</p> <p>A situação trazida para esta sessão foi:</p> <p>“João é um vendedor de frutas que tem uma banca na rua. Na época dos morangos, ele soube que eles estavam contaminados com pesticidas. Mas, como a Secretaria de Saúde não proibiu a venda, o João estava a vendê-los. Um freguês comprou dois quilos de morangos, mas quando passou numa tabacaria, leu no jornal que os morangos estavam contaminados por pesticidas, que poderiam ser cancerígenos. O freguês voltou à banca do João e pediu para devolver os morangos e receber o dinheiro de volta.”</p> <p>A juíza leu-a em voz alta e, as jovens tiveram de refletir nas duas situações possíveis: o João deveria aceitar os morangos do cliente, devolvendo-lhe o dinheiro ou não deveria aceitar os morangos, recusando a devolução do montante.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. As jovens Ariana, Bandeirinha Júnior, Lili, Luana, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine defenderam que o João deveria aceitar a devolução dos morangos e entregar o dinheiro ao cliente. 2. As jovens Fred e Gaiata colocaram-se no púlpito do lado “não deve aceitar a devolução dos morangos”. <p>Depois das jovens terem tomado a sua posição, foi o momento em que os advogados se reuniram com as jovens. A Diretora técnica ficou com o grupo de jovens que assumiram a primeira posição e a Dra. Margarida ficou a defender as duas jovens que assumiram a segunda posição. Ao longo do momento em que tiveram a oportunidade de estar a discutir e a refletir com as advogadas, as jovens iam falando sobre as suas ideias e outras iam registando o que se ia ouvindo. Quando as jovens se sentiram preparadas para se dirigirem aos púlpitos assim o fizeram e apresentaram os seus argumentos ao restante grupo. O grupo 2 demonstrou vontade em ser o primeiro a transmitir os seus argumentos, tendo os elementos</p>
--	--

	<p>do grupo 1 referido que não se importavam em ser os segundos a apresentar os argumentos.</p> <p>A Fred, enquanto representante do grupo 2 apresentou um dos seus argumentos, referindo que:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “eu estou do lado da não devolução do dinheiro, pois a Secretaria de Saúde não proibiu a venda... logo os morangos não estão assim tão maus para consumo. Então, o João não deve devolver o dinheiro ao freguês, pois se toda a gente devolvesse os morangos o João não teria lucro e não teria possibilidades de manter a banca”. <p>A Sacaninha, representando o grupo 1, após ter ouvido o argumento da colega expôs que:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “se os morangos têm pesticidas óbvio que não deviam estar à venda. Faz mal à saúde”. <p>A Luana, acrescentou que:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “mesmo que a Secretaria de Saúde não proibisse a venda, o João na sua perfeita noção sabendo que os morangos estavam mal, não deveria vendê-los. Pois estava a vender uma coisa que contaminava a saúde das pessoas só para ganhar dinheiro”. <p>A Gaiata respondeu:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “se a Secretaria de Saúde não proibiu a venda é porque se calhar os morangos não estavam assim tão mal. Se estivessem realmente contaminados, a venda seria proibida”. <p>Após serem manifestados os argumentos acima, a juíza deu a palavra às advogadas para que pudessem levantar questões ao outro lado, que não fosse aquele que estavam a defender. Assim, a Diretora técnica levantou questões às duas jovens (grupo 2) e a Dra. Margarida, dirigiu questões às restantes jovens (grupo 1).</p> <p>A Diretora técnica levantou a seguinte questão:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “apesar da Secretaria de Saúde ter aprovado a venda, quem estava a vender sabia perfeitamente o problema que tinha os morangos, sabia que aqueles morangos iam fazer mal às pessoas. Como tem coragem para continuar a vender? Como comprador, como é que se sente a saber que o que está a vender irá fazer mal às
--	--

	<p> pessoas? Como se sente ao saber que está a vender um produto que poderá ter consequências ao nível da saúde das outras pessoas?”. </p> <p> A Gaiata perante as questões reforçou a ideia de que: </p> <ul style="list-style-type: none"> - “se a Secretaria de Saúde não proibiu a venda é porque não estavam assim tão contaminados ou nem sequer estavam” tendo a Fred acrescentado que “não temos 100% certeza que os morangos estavam contaminados. Podia só ser uma publicação falsa feita pelo jornal”. <p> A Sacaninha aproveitou para referir que: </p> <ul style="list-style-type: none"> - “eu estive aqui a falar com as minhas colegas e nós achamos que não importa se estavam muito ou pouco contaminados... o que sabemos é que estavam contaminados e estando contaminados, não irá fazer bem ao nosso organismo, não faz bem ao corpo humano. Por isso, consideramos que ele não deveria continuar com as vendas dessa fruta”. <p> A Dra. Margarida, dirigindo-se para as restantes jovens, referiu: </p> <ul style="list-style-type: none"> - “eu gostava de frisar que se a Secretaria de Saúde não proibiu a venda é porque os morangos estavam possíveis de ser comidos... se a venda tivesse sido proibida era uma coisa se não foi é porque podiam ser consumidos pelas pessoas. Os pesticidas são usados, por norma, na agricultura... se não estava proibido é porque não ia fazer mal à saúde e se o vendedor tem autorização superior para vender tem de os vender. Se toda a gente fosse lá devolver a fruta, o que aconteceria ao negócio deste senhor?”. <p> Perante essas afirmações e questão, a Luana expôs que: </p> <ul style="list-style-type: none"> - “eu acho que a culpa também é da tal secretaria..., mas a questão é se os morangos estavam mesmo contaminados como nos é apresentado no caso, como já referi, isso nem sequer deve entrar no nosso corpo”. <p> A Diretora técnica expôs a seguinte questão, trazendo um exemplo: </p> <ul style="list-style-type: none"> - “quando vai a uma loja comprar umas sapatilhas e depois se não gostar das sapatilhas ou se vir que algo não está muito bem não gosta de ir à loja e ter a oportunidade de devolver as sapatilhas?”, tendo a
--	---

	<p>Fred respondido de imediato “gostar gosto, mas nós temos um prazo para fazer isso e temos de ter o recibo, o homem que comprou os morangos já não de via de ter o recibo”.</p> <p>A Ariana quis intervir e referiu:</p> <p>- “mas se os morangos estavam contaminados eu se quiser posso ir devolver os morangos à frutaria e não preciso de trocar por outros morangos. Posso exigir o dinheiro”, tendo a Diretora técnica acrescentado que “sobre a questão do prazo...não se sabe quanto tempo se demorou a perceber que os morangos estavam contaminados”.</p> <p>A Gaiata, pegando no exemplo das sapatilhas dado pela Diretora técnica, transmitiu que “eu quando compro vejo logo as sapatilhas e vejo se tem defeitos ou não. Se tiveram algo mal já não levo para casa”.</p> <p>A Dra. Margarida referiu que considerava que se deveriam centrar na questão da decisão da Secretaria de Saúde, alegando que “enquanto fonte superior, se não proíbe é porque podemos alegar que está tudo bem”. Perante isso, a Diretora técnica referiu que “eu acho que é mais uma questão de consciência e a consciência do ser humano é muito importante. Se sabemos que estamos a vender algo que pode pôr em perigo a saúde das pessoas...”, tendo a Luana interrompido e referido que “se o cliente conseguisse ver ou se soubesse que os morangos estavam contaminados tenho a certeza que ele não os ia comprar. Quando soube da situação apenas quis ir devolver os morangos e ter o seu dinheiro”.</p> <p>A Fred referindo-se à questão da consciência ainda referiu que “ele teve consciência para comprar por isso acho que ele agora tem de ter a consciência que comprou e que agora não deve ir devolver. Pois se todas as pessoas o fizessem o vendedor iria ficar a perder e isso não é justo”, tendo a Ariana referido que “se ele tem um negócio que neste caso é vender frutas, ele tem de vender frutas frescas e tem de saber se estão ou não contaminadas. Se me vendessem a mim uma fruta contaminada eu tinha todo o direito de ir lá reclamar e pedir o meu dinheiro de volta e acho que o vendedor tem o dever de</p>
--	---

	<p>me dar esse dinheiro de volta. Neste caso, ele como sabia que estavam contaminados ele nem sequer deveria vender. Se eu fosse o vendedor eu devolvia o dinheiro e já não tinha esse produto na minha loja”.</p> <p>A Lili questionou a Fred “e se fosses tu a comprar os morangos contaminados”, tendo a Fred respondido que “não ficava preocupada. Os pesticidas são usados e se eu ficasse contaminada ia ao hospital dois ou três dias e ficava bem. Existem hospitais e médicos para isso”.</p> <p>A Yasmine transmitiu que “o pesticida é um veneno, acaba por fazer mal ao corpo humano, como já dissemos. Não é coisa que se possa ingerir”, tendo a Bandeirinha Júnior acrescentado que “acaba por prejudicar a saúde das pessoas”. A Pipoca Mendes expôs que “é claro que a Secretaria da Saúde também está mal e estão a ser cúmplices neste caso, pois estão a permitir a venda de fruta estragada”, tendo a Ariana dito que “toda a gente pode enganar-se. Se calhar a secretaria não sabia bem o que fazer ou podia mesmo estar enganada. Enquanto cliente eu ia ter com o vendedor e reclamava. Ele está a ser inconsciente e está a ter responsabilidade na saúde das pessoas”. Diante disso, a Fred referiu que “eu acho que em todo o mundo há pessoas conscientes e não conscientes. Se pensarmos no nosso emprego, o vendedor não tem a responsabilidade da compra que a outra pessoa faz... se é tudo legal acho que deve continuar as vendas para continuar a ganhar o seu dinheiro”.</p> <p>A Ariana ainda referiu que “é legal, mas os morangos estão contaminados e podem prejudicar a saúde de uma pessoa. Nesse caso, o vendedor só está a pensar nele... se ele continuar a vender esses morangos as pessoas vão reparar e ele não irá ganhar dinheiro assim. Se alguém fizer queixa ele irá ter problemas e a loja dele pode fechar. Se o cliente se queixa o dever dele é devolver o dinheiro ou dar outros morangos que estejam bem e mais nada. Ele sabia que estavam contaminados e optou por vender, por isso agora tem de ter</p>
--	---

	<p>as consequências e não sei se mais tarde não teria consequências piores”.</p> <p>A Sacaninha referiu que “toda a gente sabe que as crianças têm menos defesas que os adultos... comer isso podia prejudicar muito a saúde de uma pessoa”.</p> <p>Por fim, constatou-se que esta situação era sentida como complexa para todas as jovens. Contudo, refletiu-se também que ao longo da nossa vida teremos de fazer exercícios pensando nas várias situações e que por vezes temos de refletir sobre aquilo que achamos mais correto, conseguindo fundamentar as nossas escolhas e decisões. Por isso, falou-se qual seria uma das atitudes mais consciente por parte do vendedor, sabendo ele que os morangos estavam contaminados considerou-se que ele teria o dever moral de pelo menos devolver o dinheiro aos seus clientes, pelos princípios de ter uma venda consciente, de os clientes conseguirem confiar nele e ainda pelo princípio da vida humana, uma vez que ele sabia que poderia estar a colocar em risco a vida de outras pessoas.</p> <p>Posteriormente à sessão dialogámos com algumas das jovens que não disfarçaram o contentamento por ver que a Diretora técnica tinha aceite em envolver-se na sessão, falando dessa profissional com uma certa admiração. Relativamente à sessão em si, as jovens transmitiram que ainda sentiam alguma dificuldade em se ouvir de forma respeitosa, porque “temos opiniões muito diferentes” (Sacaninha); “dizemos as nossas opiniões de maneira diferente” (Lili), tendo sido opiniões partilhadas pela maioria das jovens. A Luana referiu ainda que “às vezes fico traumatizada com o que se ouve... não consigo pensar isto para dentro...eu sei que é mau, mas há algumas pessoas que não sabem pensar de forma correta”.</p> <p>A Diretora técnica referiu que ao longo da sessão achou por bem ir dando exemplos, pois nas palavras dela “acho importante termos reflexões paralelas relativamente a outros exemplos, para facilitar a compreensão das jovens”. Tanto essa profissional como a Dra. Margarida que assumiram os papéis de advogadas nesta sessão, afirmaram que no desenrolar da mesma houve momentos em que</p>
--	---

	<p>não se quiserem intrometer muito, pois consideraram que “a participação delas estava a ser saudável”. Para além disso, expuseram a sua admiração face a algumas intervenções, realçando a postura adotada por algumas das jovens e referiam que as jovens tiveram alguma capacidade para apresentar os argumentos de forma clara. Todavia, transmitiram que seria pertinente pedir às jovens que ao longo das discussões e reflexões não se dirigissem diretamente para as colegas, mas sim “falar para a frente”, pois, na visão destas profissionais, “poderá ser uma forma de impedir críticas umas às outras e uma forma de evitar ataques pessoais”.</p>
--	--

Sessão n.º6: “Pedir ajuda ou recusar pedir ajuda?”	
Local	Sala de convívio da Instituição.
Data e hora	5 de abril de 2019; 14:00h-15:30h..
Presenças	<p>Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Gaiata, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine.</p> <p>Profissionais – Dra. Laura (ET) e Ed. Ribeiro (EE).</p>
Descrição	<p>A sexta sessão da Ação 1 “Palcos de Diálogos e Reflexões” realizou-se no dia 5/04/2019, tendo contado com a presença das 10 jovens. Como referido na sessão anterior, a situação discutida e refletida nesta sessão foi a história que tinha sido anteriormente trazida pela Núria e construída em conjunto connosco.</p> <p>Apenas uma profissional da equipa técnica e uma profissional da equipa educativa estavam disponíveis para participar na sessão de hoje. Reunimos com elas e apresentámos a situação que iria ser discutido. Quando questionadas que papel gostariam de assumir, a Dra. Laura disse “gostava de experimentar o papel de advogada” e a Ed. Ribeiro referiu que “como já tive a oportunidade de assistir à dinâmica da sessão, posso ficar com o papel de juíza”. Perante isso, perguntámos às jovens se alguma delas gostaria de assumir o outro papel de advogado, sendo que todas elas referiram que ainda não se sentiam muito preparadas para o fazer. Diante disso, tendo respeitado a opção delas, ficamos com o papel de advogado.</p>

	<p>Assim, a história apresentada foi:</p> <p>“A Patrícia tem alguns amigos com quem está diariamente. Dois dos seus amigos vendem droga. A Patrícia é menor, mas os seus amigos são maiores de idade. Quando está com o amigo Luís este pede-lhe ajuda para vender droga. Quando está com o amigo Henrique este recusa-se a que a Patrícia o ajude.”</p> <p>Após a Ed. Ribeiro ter a lido em voz alta, as jovens tiveram de refletir e decidir que posição tomariam: se estavam a favor do Luís que pedia ajuda à Patrícia para vender droga ou se estavam do lado do Henrique que recusava que a Patrícia o ajudasse. Foi necessário que a Ed. Ribeiro lesse o excerto mais uma vez para que as jovens conseguissem pensar melhor sobre a situação apresentada, tendo surgido apenas um grupo, uma vez que todas as jovens defenderam que o Henrique estava a ter a atitude mais correta.</p> <p>Após as jovens terem tomado a sua posição, a juíza deu ordem para que os advogados se reunissem com as jovens. Ficámos com o grupo de jovens e a estagiária, estando como público nesta sessão, optou por se colocar no púlpito do lado que defendia a posição do Luís, tendo reunido com a advogada, Dra. Laura. Desta forma, foi possível discutir a situação, igualmente, nas duas perspetivas, trazendo para o palco as várias ideias que iam surgindo de um lado e outro. Ou seja:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. A Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Gaiata, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine foram a favor do Henrique (recusa); 2. A estagiária foi a favor do Luís, defendendo a posição de pedir ajuda à Patrícia. <p>Enquanto estivemos reunidas com o grupo fomos notando que a participação das jovens era diferente. Se havia algumas jovens que traziam as suas ideias de forma espontânea e imediata, outras delas tinham mais dificuldade em exprimir-se. Por isso, ao longo desse tempo fomos tentando potenciar a participação de todas, sendo que</p>
--	--

	<p>algumas das jovens quando incentivadas, trouxeram os seus argumentos e acabaram por se envolver de forma mais ativa. Quase a terminar esse momento, a Lili partilhou que “eu acho que quando as ouvirmos vão surgindo mais ideias e vamos conseguir pensar mais”.</p> <p>A Ariana, como representante do grupo apresentou um argumento, dizendo que:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “nós defendemos o Henrique porque ele sabe que a Patrícia é menor e que, de alguma forma, se ele lhe pedir para vender droga vai prejudicá-la. Pode prejudicar-se a ele e a ela. Enquanto o Luís pede-lhe para vender droga... eles são maiores de idade e estão a influenciá-la para que ela faça isso”. <p>A estagiária, após ter ouvido o argumento trazido pelo outro lado, expôs que:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “eu acho que isso não tem nada a ver... a verdade é que o Luís não é pai nem mãe dela e acho que ela mesmo sendo menor deveria ter cabeça e podia recusar se quisesse. Portanto, se ela decidiu ajudar o Luís foi a consciência é dela e o Luís se calhar até lhe deu uma oportunidade pois até poderia dividir o lucro com ela. Ela é que tinha de tomar a decisão e não o Luís a protegê-la”. <p>A Luana referiu que:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “se são amigos com quem ela se relaciona diariamente acho que amigos não influenciam os outros a fazer coisas erradas. Sabemos que ela só fez aquilo porque quis, mas se calhar ela só fez aquilo porque se calhar tinha medo de perder a amizade do Luís”, tendo a Núria acrescentado de imediato “enquanto que o Henrique meteu-se no lugar dela... não quer que ela se prejudique”. <p>A estagiária expôs que:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “eu acho que até o Luís colocando-se no lugar dela podia achar que ela poderia beneficiar como ele... mesmo que seja ilegal, é verdade, mas o Luís até poderia achar que era uma ajuda para a Patrícia e ela era uma ajuda para ele também. Se era amiga dele, acho que de alguma forma fazia sentido haver este pedido de ajuda”. <p>A Dra. Laura fez um comentário referindo que:</p>
--	--

	<p>- “o Luís talvez achava que a Patrícia poderia usufruir dos benefícios que isso poderia trazer... a Patrícia a partir dos 12 anos perante a lei já tem responsabilidades e pode ser responsabilizada pelos seus atos. Se ela era capaz de aceitar o pedido, também deveria ser capaz de recusar. Por isso, ela tem de ser capaz de pensar no que quer e o que não quer”.</p> <p>A Fred defendeu que:</p> <p>- “se eu fosse amiga dela de certeza que não a levava para maus caminhos... ela sabe perfeitamente sim, mas eles são maiores de idade e por isso podiam ter-lhe feito bem a cabeça e ela com medo de perder a amizade ou por não querer que a gozassem... que os jovens hoje em dia fazem isso... tu não fumas és um tolo, és isto ou aquilo... ela pode ter acabado por aceitar ou por ter medo de perder a amizade ou por ter medo de ser excluída do grupo de amigos”, tendo a Pipoca Mendes referido que “já o Luís puxou-a para maus caminhos, quando lhe pedia ajuda”.</p> <p>Ao longo desta sessão, fomos levantando algumas questões para que as jovens fossem refletindo, nomeadamente: “se realmente ele é amigo dela faz sentido que lhe peça ajuda para fazer uma coisa que é ilegal?; não acham que ele sendo maior de idade deveria ter outra responsabilidade por alguém que é menor, não envolvendo-a em atividades ilegais que podem prejudicá-la?; não faz mais sentido que ele pedisse ajuda a alguém que fosse maior de idade e que soubesse as consequências do seu comportamento antes de decidir ajudar ou não?”. Do outro lado, surgiram outras questões como: “ele é só amigo dela, acham que ele tinha essa responsabilidade quase como se fosse o pai ou mãe dela?; se ela é amiga dele não acham que ele deveria confiar e dar-lhe oportunidade para ela o ajudar?; apesar de ela ser menor de idade não acham que ela devia pensar pela cabeça dela?; não acham que ela tem capacidades para tomar as suas decisões?”.</p> <p>Perante essas questões, a estagiária apresentou alguns argumentos como “ele pediu porque ela era amiga dele e ela devia ajudá-lo; ele deve pedir para conseguir ter mais lucro e até poderia</p>
--	--

	<p>dividir com ela se ela precisasse; não vejo mal em pedir ajuda, porque ele se precisa de ajuda, não tem mal em pedir; como já disse, até pode ser uma oportunidade para ela também ganhar dinheiro; os amigos devem ajudar-se uns aos outros; o Luís apenas lhe dá a oportunidade para ela decidir se quer ou não vender. As pessoas têm a liberdade para decidirem como conseguir o dinheiro. A Patrícia podia recusar se quisesse. Se calhar como era maior de idade talvez tinha mais responsabilidade sim, mas a Patrícia é que decidia o que queria”. Após terem ouvido esses argumentos, as jovens apresentando, da mesma forma, vários argumentos, defendendo as suas ideias, tendo referindo “ele pode recusar pedir-lhe ajuda porque ela pode não ter tanta experiência e pode ser apanhada e depois ele podia ser punido por causa dela” (Sacaninha); “pode não pedir a ajuda dele porque ela pode denunciá-lo” (Yasmine); “também pode não querer a ajuda dela porque pode pensar que ela o poderia enganar e ficar com o dinheiro e ele ficaria a perder” (Bandeirinha Júnior); “eu ponho-me no lugar do Henrique e acho que também neste caso pensava no que é que as pessoas poderiam pensar de mim por estar a colocar uma menor a fazer algo que não é legal” (Ariana). Para além desses, a Luana ainda referiu que “vender droga é ilegal. Por isso, ele não deve meter em causa alguém que é menor para vender por ele”; a Fred transmitiu que “ele tinha o dever de proteger a amiga... enquanto adulto tem maior responsabilidade pelos seus comportamentos”; a Luana acrescentou “ele não deve pedir porque o facto de ele decidir ter certos comportamentos não deve incluir os outros nessas decisões. Deve ter consciência e não afetar os amigos deles com as suas escolhas. Podemos ser bons amigos e devemos levar os nossos amigos para bons caminhos”.</p> <p>Depois, a juíza questionou o grande grupo se alguém pretendia mudar de posição, tendo a estagiária colocando-se ao lado das jovens. Quando as jovens expressaram que consideravam já ter defendido a sua posição, foi a altura em que falámos, em jeito de conclusão, que efetivamente os amigos, sendo maiores de idade</p>
--	--

	<p>deveriam ter uma responsabilidade maior. Foi consensual a ideia de que o Henrique tinha a atitude mais correta perante a amiga Patrícia.</p> <p>No final da sessão, as jovens partilharam que têm sentido que conseguem estar mais atentas a ouvir as outras pessoas a falar para elas e que conseguem esperar, de forma mais calma e organizada, a sua vez para falar. As profissionais que tiveram oportunidade de participar nesta decisão referiram que sentiram que houve um esforço por parte das jovens em ter uma postura correta ao dar a sua opinião. Para além disso, a Ed. Ribeiro mencionou que “elas têm conseguido ser mais assertivas nas suas opiniões” e a Dra. Laura acrescentou que “vejo que algumas tendem a ter mais calma a falar umas para as outras”. A estagiária partilhou que sentiu dificuldade em defender aquele lado. Contudo, referiu que trouxe argumentos que achava que poderiam ser facilmente compreendidos pelas jovens. A par disso, a Dra. Laura referiu que “...no fundo são argumentos que poderiam ser trazidos por elas noutras alturas da vida... sinto que foi importante para elas poderem ouvirem diferentes ideias”, pois, ainda nas palavras dela, “considero que elas têm de perceber que no mundo há várias pessoas e todas elas com diferentes perspetivas, mesmo sobre os mesmos assuntos”.</p>
--	--

Sessão n.º7: “A fatura da água: manter ou mudar o comportamento?”	
Local	Sala de convívio da Instituição.
Data e hora	12 de abril de 2019; 14:00h-15:30h.
Presenças	<p>Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Lili, Núria, Sacaninha e Yasmine.</p> <p>Profissionais – Dra. Carminho (ET), Ed. Costa (EE), Ed. Cláudia (EE) e Ed. Maria (EE).</p>
Descrição	A sétima sessão da Ação 1 “Palcos de Diálogos e Reflexões” realizou-se no dia 12/04/2019 pelas 14h, tendo contado com a presença de 7 jovens. A Gaiata não participou pois encontrava-se ferida num braço. Todavia, pediu para ficar na sala enquanto a sessão decorria. A Luana estava adoentada e, portanto, estava a

	<p>descansar no quarto e a Pipoca Mendes, por motivos pessoais, também não conseguiu estar presente nesta sessão.</p> <p>Na semana anterior, a Sacaninha veio ter connosco e demonstrou interesse em redigir uma situação para ser discutida nesta sessão. Dialogou connosco que queria ver discutida a questão relacionada com o consumo de água na casa. Ao longo da conversa, a jovem partilhou que achava necessário ver esta situação discutida, uma vez que “muitas não têm a consciência da água que gastam” e por ser um recurso finito e tão importante para muitas atividades, incluindo para as atividades diárias. Este era um tema que ia sendo debatido em algumas assembleias da casa e os profissionais revelavam ser importante refletir sobre o gasto da água. As jovens transmitiam que era um assunto que também as incomodava.</p> <p>Da parte da manhã, reunimos com os profissionais com o objetivo de sabermos quem estaria disponível para participar. Da equipa técnica apenas a Dra. Caminho conseguiu participar, tendo partilhado que gostava de ficar como advogada. Da equipa educativa participaram a Ed. Costa, a Ed. Cláudia e a Ed. Maria. A Ed. Costa transmitiu a vontade de assumir o papel de escritã, tendo referido que “como ainda não estive em nenhuma sessão, preferia ficar com este papel menos ativo e que me dará a oportunidade de observar como os meus colegas vão fazer”, ficando responsável por registar os presentes da sessão e encarregue de estar atenta a ver se alguém precisava de alguma coisa ao longo da sessão. Já a Ed. Cláudia demonstrou interesse em assumir o papel de advogada, juntamente com a Dra. Carminho que também assumiu papel de advogada. Por fim, a Ed. Maria ficou com o papel de juíza, tendo a mesma partilhado “de certo que irá ser um desafio engraçado”. Estivemos reunidas com as profissionais para lhes apresentar o excerto construído e para elas conseguirem discutir acerca de argumentos e questões que as jovens poderiam colocar “em cima do palco” perante a situação apresentada, tendo as profissionais refletido que este momento era importante, pois “faz-nos colocar no lugar delas” (Dra. Carminho); “temos a possibilidade de pensar o que poderão dizer”</p>
--	---

	<p>(Ed. Costa); “é uma boa forma de treinarmos como poderemos provocar maior reflexão tanto nelas como nós” (Ed. Cláudia).</p> <p>Pelas 13:45h entrámos na casa e as jovens já estavam reunidas na sala de convívio, com o espaço pronto para iniciarmos a sessão. Depois, a Lili ajudou a Ed. Costa a ligar o computador para a história ser projetada.</p> <p>Pelas 14h, as jovens e os profissionais já estavam prontas e conseguimos iniciar a sessão. A juíza, Ed. Maria, leu o caso em voz alta:</p> <p>“O valor da fatura da água, na casa da Francisca, tem aumentado muito. A mãe está preocupada e pediu a toda a família que tomasse banho apenas em 5 minutos. Contudo, a Francisca usa o banho como relaxamento e costuma estar no banho 30 minutos.”</p> <p>Perante ele, as jovens tiveram de pensar na posição que refletisse o seu pensamento acerca dessa questão, devendo assumir uma das duas posições possíveis: a Francisca deve manter o comportamento ou a Francisca não deve manter o comportamento.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. A jovem Fred colocou-se no púlpito do lado “deve manter o comportamento”. 2. As jovens Ariana, Bandeirinha Júnior, Lili, Núria, Sacaninha e Yasmine colocaram-se no púlpito do lado “não deve manter o comportamento”. <p>Após as jovens terem tomado a sua posição, foi dada a ordem para que os advogados se reunissem com as jovens. Das advogadas, a Ed. Cláudia ficou com o grupo que tinha a maioria das jovens e a Dra. Carminho ficou com a Fred. Neste momento, as jovens, juntamente com as advogadas tentaram estruturar as ideias que tinham para que depois fosse mais fácil a apresentação dos diferentes argumentos.</p> <p>A Ariana, como representante do grupo expressou, num primeiro momento, que:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “eu acho que a Francisca deveria tomar banho em 5 minutos e não em meia hora. Não é ela que paga a conta da água, é a mãe... ela
--	--

	<p>deveria respeitar as ordens da mãe. Meia hora para tomar banho é muito tempo, mesmo que seja para relaxar... e com isso gasta muito água”.</p> <p>Dando a palavra à Fred, esta referiu que:</p> <p>- “eu estou do lado de tomar banho em 30 minutos, pois o banho é importante para nos sentirmos mais relaxados e estarmos bem dispostos durante o dia. Isso também irá melhorar a nossa convivência com os outros, um melhor ambiente familiar, por exemplo e também um melhor ambiente no trabalho... para mim o banho diário é muito importante e é uma forma de lazer e faz-me sentir bem”.</p> <p>Perante a exposição da colega, a Ariana transmitiu que “neste caso achámos que não está incluído nem o relaxamento nem o lazer, mas sim a conta que vem ao final do mês”.</p> <p>A advogada Carminho dirigiu uma questão ao grupo, tendo questionado:</p> <p>- “não acham importante pensar no bem-estar da filha? Visto que a forma de relaxamento que ela tem é o facto de estar num banho mais prolongado, com água quente... pois isso irá fazer com que ela se sinta melhor e vai fazer com que ela esteja bem com os outros. Para ela o banho é o lazer, logo, o lazer é um direito das crianças”, sendo que a Ariana interrompeu a profissional e referiu que “claro que sim, o lazer é importante, mas ela pode encontrar outras formas de relaxamento sem ser demorar tanto tempo assim no banho, gastando tanta água. Meia hora num banho é muito tempo. Aposto que a Francisca conseguia arranjar outra coisa que lhe causasse bem-estar. Se a mãe fez esse pedido à família é porque a conta tem vindo a aumentar cada vez mais. Se assim não fosse, talvez a mãe nem se importasse, mas aqui a questão é o dinheiro que se gasta. Por exemplo, porque é que ela não vai antes a um spa, não gastava dinheiro em casa... porque é que ela não se mete num sofá com uma manta para estar quentinha e relaxada? Era uma forma... ou porque é que ela não ouve música?”.</p> <p>A Ed. Cláudia dirigiu uma questão à Fred, questionando:</p>
--	---

	<p>- “não acha que a Francisca também se deve preocupar com a gestão do dinheiro da família? Não devia ser uma preocupação dela também?”, tendo a Fred respondido que “eu acho que não. Se a forma que ela encontra para se sentir mais relaxada é o banho, eu acho que não... a mãe deve pensar no bem dos seus filhos. Eu acho que 30 minutos no banho não é assim tanto tempo quanto isso e se é uma coisa que ela gosta...quando gostamos de alguma coisa devemos lutar por ela”.</p> <p>A Ed. Cláudia levantou de novo uma questão ao grupo, referindo:</p> <p>- “aqui em casa se todas resolvessem demorar meia hora no banho o que acontecia?”, tendo surgido várias respostas: “para mim fazia sentido, se me fizesse bem fazia sentido” (Fred); “não era possível” (Ariana); “partilhámos a casa de banho e temos de ter respeito umas pelas outras” (Lili); “se todas fizéssemos isso cada duas de nós demorava 1h no banho, não era possível isso” (Yasmine); “atrasava todas os horários da casa” (Sacaninha).</p> <p>Depois, a Dra. Carminho expôs que “é claro que não se está a dizer que é banho corrido... a Francisca podia encher a banheira e como já referimos se era uma forma de bem-estar para ela consideramos que isso poderá pesar mais que os gastos económicos. Estar bem com ela própria, com a família também terá impacto não só nela como nos outros”, tendo a Ed. Cláudia referido que “eu acho que aqui também surge a questão da responsabilidade... se vivemos todos neste mundo cada um de nós deve ser responsável pelas atitudes que toma. Não podemos esquecer que o mundo é de todos e se calhar gastar 30 minutos do banho seja corrido ou não, pode parecer egoísta”.</p> <p>A Ariana partilhou que ela e as colegas durante o momento em que tinham estado a discutir tinham surgido mais ideias, questionando se as diferentes jovens poderiam apresentar as tais ideias ditas no pequeno grupo, tendo sido isso possibilitado. Assim, referiram que a Francisca deveria mudar o comportamento porque “pode ser castigada pela mãe” (Bandeirinha Júnior); “a mãe pediu e ela deveria ajudar” (Ariana); “a mãe ao pagar menos de água poderia ter dinheiro para outras coisas” (Yasmine); “tem o dever de ajudar</p>
--	---

	<p>ao nível económico da família” (Lili); “deveria ter mais consciência económica e ambiental... se todos fizessem o mesmo a água podia acabar”.</p> <p>Após isso, a Dra. Carminho também expressou que a Fred anteriormente tinha apresentado mais argumentos, sendo que a jovem acabou por transmitir que a Francisca não deveria mudar o seu comportamento, uma vez que “se é uma coisa que lhe sabe bem e ela fica relaxada não tem porque mudar; deve manter a sua posição e estar confiante com as suas escolhas e se ela escolheu o banho como forma de relaxar deve continuar a fazer isso; não deve mudar porque ao estar bem consigo conseguirá estar bem com o resto das pessoas, como já disse”.</p> <p>Refletiu-se que embora o relaxamento seja muito importante na vida de uma pessoa, a água é um recurso muito importante e que esgota. Para além do dinheiro que a mãe da Francisca teria de pagar ao final do mês, se toda a gente fizesse o mesmo, era impossível e insustentável, porque o mundo não teria água para toda a gente tomar banho ou beber. Portanto, refletimos que mãe, junto da Francisca deveria procurar outras alternativas para a filha relaxar, soluções que fossem mais em conta e que não fossem tão prejudiciais para o ambiente. A Dra. Carminho expôs que “todos nós podemos e devemos cuidar da água. Podemos observar o nosso uso diário de água e pensarmos em como poderíamos mudar os nossos hábitos de forma a poupá-la”. Para terminar, foi questionado às jovens se elas conseguiriam elencar algumas mudanças de atitude que poderiam adotar, de modo a contribuir para o consumo de água de uma forma mais consciente. Assim, surgiram ideias como: “desligar a água enquanto passamos o champô no cabelo” (Yasmine); “não tomar banhos muito demorados” (Ariana); “fechar a torneira quando estamos a lavar a loiça”; (Bandeirinha Júnior); “podemos fechar a água quando estamos a escovar os dentes” (Lili); “não fazer brincadeiras com a água” (Núria).</p> <p>No final da sessão, a Yasmine veio pedir desculpa por se encontrar mais agitada nesta sessão, tendo conversado connosco que a</p>
--	---

	<p>agitação poderia estar relacionada com o facto de ter parado com a medicação.</p> <p>Em conversa intencional com as profissionais, a Dra. Carminho partilhou connosco que “senti que às vezes foi preciso estimular a participação delas, mas elas acabam por trazer ideias muito válidas”, tendo a Ed. Cláudia acrescentado que “percebe-se que elas refletem sobre o que é dito, mesmo que por vezes pareçam mais caladas, quando intervêm as ideias que trazem são lógicas e têm um fio condutor”. A Ed. Maria partilhou que na opinião dela “é muito importante apostar nestas questões com elas. Já há muito tempo que penso em alguns aspetos, nomeadamente na questão do gasto de água, pois elas, por vezes, por vários motivos, não têm essa consciência tão apurada e acho que também é nosso dever ajudá-las a refletir sobre como é que os seus comportamentos podem ser prejudiciais tanto para si como para os outros e para o meio ambiente”.</p>
--	---

Na sexta feira dia 19 de abril não se realizou a sessão, uma vez que era feriado.

Sessão n.º8: “Denunciar ou não denunciar?”	
Local	Sala de convívio da Instituição.
Data e hora	26 de abril de 2019; 14:00h-15:30h.
Presenças	<p>Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine.</p> <p>Profissionais – Ed. Costa (EE), Ed. Patrícia (EE), Ed. Filipe (EE) e Ed. Inês.</p>
Descrição	<p>A oitava sessão da Ação 1 “Palcos de Diálogos e Reflexões” realizou-se no dia 26/04/2019 pelas 14:30h, tendo contado com a presença de 9 jovens, uma vez que a Gaiata, por ter atingido a maioridade optou por sair da instituição. Para esta sessão, contámos com a presença de três profissionais da equipa educativa que assumiram papéis de advogados e escrivão. As educadoras Costa e Patrícia assumiram papéis de advogadas, a educadora Inês assumiu</p>

	<p>o papel de juíza e o educador Filipe nesta sessão ficou com o papel de escrivão. A situação discutida nesta sessão foi criada com a Lili, uma vez que a mesma demonstrou interesse em criar uma situação com a nossa ajuda. Através da conversa intencional com a jovem, percebeu-se que tinha interesse em construir uma pequena história que abordasse a questão de furtos e que a questão lançada seria se havia de haver denúncia ou não. Assim, redigimos esta pequena história:</p> <p>“A Júlia perdeu o seu emprego e é mãe solteira de duas meninas (menores de idade). Na zona onde mora, várias pessoas sabiam das suas dificuldades financeiras, incluindo o Sr. Joaquim que é vigilante da mercearia. Um dia, as filhas estavam com fome e a mãe não tinha nada em casa para lhes dar de comer. Nesta altura, a Júlia sai de casa, dirige-se para a mercearia e decide furtar 3 latas de atum e 1kg de arroz. O Sr. Joaquim viu o furto.”</p> <p>Após o Ed. Filipe ter escrito os presentes nesta sessão, a Ed. Inês, no papel de juíza leu a situação acima descrita e que na altura, durante a sessão, esteve sempre projetada, para que as jovens conseguissem acompanhar a leitura da profissional e também após a leitura dos pequenos excertos era a altura em que as jovens colocavam dúvidas sobre palavras que pudessem suscitar alguma dúvida. Depois, a juíza levantou a seguinte questão para o grupo: o Sr. Joaquim deve ou não deve denunciar? Perante essa questão, as jovens assumiram as suas posições, tendo surgido dois grupos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. As jovens Fred, Gaiata, Luana, Núria e Yasmine defenderam que o Sr. Joaquim devia denunciar. 2. As restantes jovens, Ariana, Bandeirinha Júnior, Lili, Pipoca Mendes e Sacaninha pelo contrário, defenderam que o Sr. Joaquim não deveria denunciar o furto que viu. <p>Depois foi o momento em que as jovens tiveram a possibilidade de reunir com as advogadas para pensar e estruturar as suas ideias. O grupo 1 que defendeu a posição denunciar ficou com a Ed. Patrícia</p>
--	--

	<p>e o grupo 2 que defendeu a posição não denunciar ficou com a Ed. Costa. Após terem tido tempo para reunir e discutir em pequeno grupo, foi a altura em que se dirigiram novamente para os seus lugares e apresentaram os seus argumentos ao grande grupo.</p> <p>A Núria ficou como representante do grupo 1, mas pediu às colegas que se estivesse a sentir alguma dificuldade em falar para elas a ajudarem a transmitir o que ela queria, já que todas estavam por dentro dos argumentos que iam ser apresentados. A Pipoca Mendes demonstrou vontade em ser a representante do grupo 2, contudo, referiu que não gostava de ficar sozinha a falar, tendo a Sacaninha dito que se juntava a ela para exporem os argumentos juntas.</p> <p>Foi o grupo 1 que começou por apresentar os argumentos, sendo que a Núria expôs que:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “ele deve denunciar porque ela teve mal em roubar. Poderia ter pedido ou ficar a dever”, tendo a Luana acrescentado que “como ele tem as responsabilidades do trabalho, devia denunciar. Sabemos que era para comer, mas ela não pode passar a vida inteira a roubar nem o senhor da loja deve ficar prejudicado por causa disso. Ela podia pedir ajuda a algum centro de alimentação”. <p>A Pipoca Mendes, como uma das representantes do grupo 2 referiu que:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “eu acho que se fosse connosco, se fôssemos nós a passar fome íamos tentar arranjar comida de qualquer maneira. Principalmente neste caso, ela tinha duas filhas menores e era mãe solteira. Ela pode ter roubado, mas quando arranjasse emprego poderia voltar à loja e pagar o que tinha roubado. Estamos a falar de 3 latas de atum e 1kg de arroz que não é quase nada”. <p>Depois, a Luana referiu que:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “eu acho que ela não deveria ter roubado. Ela escolheu a opção de roubar quando existem muitas casas em Portugal de doação de comida para pessoas carenciadas, onde ela poderia ter ido. Ela fez a opção de roubar, que é crime”. Nesse momento várias das jovens do
--	--

	<p>grupo 1 acenavam com a cabeça, demonstrando que concordavam com a colega tinha acabado de dizer.</p> <p>Dando voz às advogadas, a Ed. Costa levantou uma questão às jovens do grupo 1: “acham bem o Sr. Joaquim estar a colocar à frente um valor económico, denunciando aquela mãe que está em desespero por não ter comida para dar às filhas? Faz sentido?”. Perante essa questão, as jovens do grupo 1 foram argumentado que “faz, porque ele também está no local de trabalho, tem de cumprir regras” (Núria); “eu acho que ela deveria ter sido mais coerente, pedindo para tirar os produtos da loja ou pedindo para ficar a dever o dinheiro” (Luana); “não deveria ter optado logo pelo roubar” (Ariana).</p> <p>A Ed. Patrícia expôs que “foi só atum e arroz sim..., mas se toda a gente fizesse o mesmo que a Júlia ele não ia denunciar ninguém? Que resultado é que isso ia ter?”. Perante essa questão, as jovens do grupo 2 foram dando a sua opinião transmitindo que “sabemos que nem toda a gente faz isso” (Pipoca Mendes); “neste caso é uma senhora que perdeu o emprego, não porque desistiu dele, mas sim porque foi despedida” (Lili); “as pessoas sabiam das dificuldades económicas que ela tinha, mas ela estava solteira, sozinha, não tinha ninguém para a ajudar e tinha duas filhas menores” (Bandeirinha Júnior); “se eu fosse o Sr. Joaquim eu não me importaria. Pois acho que roubar para comer não é crime” (Sacaninha).</p> <p>A Luana quis ainda referir que “sim, foi uma mãe a roubar para dar de comer às filhas, mas temos de pensar em todos os sem abrigos que existem pelas ruas. Se esse comportamento de roubar fosse tido por todas as pessoas que passam fome, o que aconteceria? Eu acho que se ela ficou desempregada deveria ter procurado ajuda e encontrar soluções para alimentar as filhas, por exemplo. Roubar é crime, roubar seja o que for é crime, nem que seja uma goma”.</p> <p>Para além desses argumentos, muitos outros surgiram no grupo 1, onde defendiam a denúncia do furto, tais como: “imagina se o dono descobrisse que ele viu o roubo e não contou, podia despedi-lo” (Fred); “lá está, eu acho que deve contar porque é o seu trabalho</p>
--	--

	<p>e ele vai sentir-se bem por cumprir com as suas responsabilidades do trabalho... vamos imaginar que aquele emprego era a única coisa que restava ao Sr. Joaquim. Quem rouba uma ou duas latas de atum, rouba muitas mais coisas” (Núria); “ele devia denunciar porque era sua obrigação proteger a loja e o que tinha lá dentro... além disso, não se pode roubar, é crime” (Gaiata); “eu acho que ele devia denunciar, porque como já foi falado, se toda a gente fizesse o mesmo deixava de haver pessoas a comprar e toda a gente furtava e isso seria um prejuízo” (Luana); “sim, também acho que devia denunciar, porque é importante respeitar as leis, mas acho que também deviam procurar ajudas para a Júlia depois disso” (Yasmine).</p> <p>Do grupo 2 também foram surgindo outros argumentos que iam ao encontro da opinião desse grupo que defendia a não denúncia do furto, tendo sido eles: “ninguém viu, só ele é que sabia. Por isso, estava nas mãos dele contar ou não, se só ele é que sabia ninguém o podia castigar por não ter contado” (Lili); “acho que não devia denunciar pois também temos de nos colocar no lugar do outro. Um dia poderia ser ele a precisar e também gostaria que o ajudassem” (Bandeirinha Júnior); “como já disse também acho que não devia denunciar, até porque se as pessoas soubessem podiam pensar que ele foi mau ao deixar que as crianças passassem fome” (Pipoca Mendes); “eu concordo com o que foi dito. Apesar de ter sido um furto, o valor em causa não era muito grande e na minha opinião não se devia denunciar porque o valor da vida deve ser colocado acima de tudo. Como ela e as filhas não tinham nada para comer... ou melhor, ela roubou comer para as filhas, nem foi para ela... acho mais importante ajudá-las do que seguir as leis”; “há pessoas que roubam por diversão, esta mãe roubou por necessidade” (Ariana).</p> <p>A Ed. Patrícia referiu que “em grupo nós chegamos à conclusão que há outras formas alternativas sem ser o furto”, tendo a Núria acrescentado que “roubar nunca será a solução”. Todavia, a Núria também partilhou que “eu vou ser sincera, custa-me muito ver pessoas aí a passar fome... eu prefiro ver pessoas a pedir ou a roubar</p>
--	--

	<p>do que ir buscar coisas ao lixo. Mas se fosse vigilante e se isso acontecesse no meu local de trabalho eu denunciava”. Para além disso, a Luana referiu que “isto custa-me, pois eu estou a defender isto, mas se fosse com a minha família eu se calhar roubava”.</p> <p>No final, as jovens acabaram por transmitir que refletir sobre esta situação não tinha sido nada fácil, considerando-a até como “um caso cinzento” (Núria). Também a Luana referiu que “para mim foi o caso mais difícil até agora” (Luana); “é que penso que não há certo ou errado, é complicado” (Pipoca Mendes); “esta situação foi difícil porque coloca em causa muita coisa” (Ariana). Refletimos que a situação discutida nesta sessão foi difícil porque fazia com que refletíssemos acerca de muitas questões, por um lado a lei e por outro lado o facto de sermos responsáveis pelos outros, ajudando-os. Para além disso, a Luana referiu que “é mesmo isso. Aqui o Sr. Joaquim não sabe se há de seguir a lei ou seguir a responsabilidade dele que é denunciar ou se deve ajudar a Júlia”, tendo a Fred partilhado que “não há respostas 100% certas”. Todavia, em conjunto, também refletimos que, apesar de não haver 100% certo, há opções que tomamos que são mais próximas do que pode ser mais correto e justo para nós e para os outros. Assim, também discutimos que o Sr. Joaquim tinha um papel naquele supermercado que era proteger a loja e os seus donos. Contudo, dialogámos também que o Sr. Joaquim tinha o dever de auxiliar a Júlia de outra maneira, tendo com essa mãe e se calhar não denunciar, mas fazê-la parar para pensar no ato que estava a ter, demonstrando-lhe que aquela não era a melhor opção, ajudando-a a procurar outra solução para o seu problema.</p> <p>Na sessão de hoje as jovens reconheceram que estavam mais agitadas e mais nervosas. Segundo elas, como o início da sessão se atrasou, elas estavam um pouco chateadas pelo facto de se atrasarem para se irem arranjar. Para além disso, a Neuza encontrava-se na instituição, não estando muito bem e as jovens não se conseguiram concentrar devidamente na tarefa. A Luana reconheceu que teve dificuldade em concentrar-se na sessão, tendo referido que “muitas</p>
--	--

	<p>das vezes estavam a falar alto e ao mesmo tempo e depois com a Neuza aos berros, estava uma confusão”. A Núria referiu “acabamos por não nos concentrar muito e tivemos muita dificuldade em abstrair do que estava a acontecer com a Neuza”.</p> <p>Os profissionais foram da opinião que as jovens estavam com melhores argumentações e que pareciam conseguir ser mais tolerantes na relação que estabeleciam umas com as outras. Para além disso, o Ed. Filipe referindo-se aos pequenos furtos que aconteciam no interior da instituição referiu que “eu acho que muitas delas veem os furtos como ataques umas às outras”, tendo a Ed. Patrícia acrescentado que “por vezes são atitudes que as isolam e excluem”. A Ed. Costa referiu ainda que “nessas situações tentamos descobrir o que conversam entre elas, chegar às jovens envolvidas e pensamos em como reparar as situações”. Depois em conversa com profissionais da equipa técnica sobre este assunto, a diretora técnica expôs que “é um assunto delicado. Pois para além de problematizarmos essas situações que acontecem é preciso também ter em consideração como é que a integração das jovens que têm esses comportamentos se desenvolve”. A Dra. Carminho referiu que “às vezes mais do que nos preocuparmos com os objetos furtados, é importante aproveitar estas e outras situações de indisciplina ou de conflitos para propiciar a formação ética delas”.</p>
--	---

Sessões Competências Pessoais e Sociais

Sessão n.º1: “Partilha de ideias sobre as competências pessoais e sociais”	
Local	Sala de reuniões da Instituição.
Data e hora	28 fevereiro 2019; 10:30h-12:00h.
Presenças	Dra. Carminho, Dra. Rita (ET); Ed. Cláudia, Ed. Filipe, Ed. Lucas, Ed. Maria, Ed. Patrícia, Ed. Sofia (EE).
Descrição	Na Ação “Palcos de Diálogos e Reflexões” simultaneamente às sessões descritas anteriormente, realizaram-se algumas sessões do

	<p>domínio das competências pessoais e sociais, uma vez que através do conhecimento e análise da realidade os atores sociais reconheceram ser importante investir a esse nível. Esta sessão pretendeu proporcionar aos profissionais um espaço de partilha, com o objetivo de trocarem ideias sobre o tema, refletindo sobre o mesmo. Numa fase inicial distribuímos pelos profissionais uma folha e uma caneta, pois pretendíamos que, individualmente, escrevessem o que pensavam relativamente ao tema pensando na realidade da CAR em concreto e nas jovens que na altura estavam acolhidas, para depois apresentar e refletir em grande grupo. Terminada a tarefa, a Dra. Rita deu início à partilha, tendo referido que quando pensava na carência de competências pessoais e sociais das jovens pensava, inevitavelmente, no quanto isso comprometia o desenvolvimento pessoal e social das mesmas. A Ed. Cláudia partilhou da opinião da Dra. Rita, tendo acrescentado que o défice das competências sociais condicionava o desenvolvimento saudável das jovens, provocando, nas palavras dela “comportamentos desajustados ao nível escolar, familiar e profissional...”.</p> <p>O Ed. Lucas referiu que essa ausência de competências causava nas jovens, como em qualquer outra pessoa, sérias dificuldades na criação de amizades, em aceitar críticas e pedir ajuda quando precisavam.</p> <p>Para a Dra. Carminho as jovens revelavam ter “falhas a nível das competências sociais” que, na opinião dela, também estavam relacionadas aos problemas de comportamento que elas evidenciavam. Para além disso, esta profissional referiu que era muito importante trabalhar ao nível de algumas competências, nomeadamente: assertividade, gestão da ansiedade e da raiva, empatia e comunicação.</p> <p>A Ed. Sofia partilhou a ideia de que as competências pessoais eram inerentes a cada uma delas e que dependiam de muitos fatores, referindo-se a experiências passadas e ao seu desenvolvimento, tendo acrescentado que tais competências eram influenciadas pelas características da personalidade de cada jovem bem como pelos</p>
--	--

	<p>traços de carácter de cada uma. Já sobre as competências sociais a Ed. Sofia caracterizou-as como sendo comportamentos que as jovens tinham no decorrer do seu relacionamento com as outras pessoas. O Ed. Filipe concordando com a colega acrescentou que tais comportamentos expressavam sentimentos, atitudes, desejos e opiniões, referindo que esses deveriam ser respeitados pelas jovens, o que na opinião dos profissionais, nem sempre acontecia.</p> <p>A Ed. Maria apontou que era necessário compreender que as competências sociais eram algo que era aprendido e que podiam desenvolver-se através de ensaios sistemáticos e estruturados, tendo o Ed. Lucas acrescentado que “tem de haver organização, empenho e vontade para se treinar essas competências”. Perante esses contributos, a Ed. Patrícia deu um exemplo “sabemos que a comunicação não se resume apenas aos elementos verbais, àquilo que se diz, mas também abrange o volume da voz, a entoação, a clareza”, tendo a Dra. Rita acrescentado que “o olhar, as expressões que fazemos com o rosto, os gestos, a postura, o contacto físico” e referido “são aspetos que podem ser aprendidos e controlados no sentido de tornar a comunicação mais assertiva”. A este respeito, o Ed. Filipe salientou que “elas têm muitas dificuldades a esse nível e não só. Todos nós sabemos o quanto isso pode ser prejudicial para elas e elas sentem isso na pele em vários momentos do dia”.</p> <p>Depois, pedimos aos profissionais que designassem algumas das capacidades inerentes às competências pessoais e sociais para, de algum modo, conseguirem refletir aprofundadamente sobre a pertinência das mesmas na vida das jovens. Assim, começando pelas competências pessoais, a Dra. Rita começou por enumerar o autoconhecimento e a autoestima. O Ed. Lucas referiu a resiliência, a tolerância à frustração e a assertividade. A Dra. Carminho salientou a gestão das emoções e a Ed. Cláudia referiu a definição de objetivos pessoais, tendo os restantes profissionais concordando com essas áreas. Sobre as competências sociais, os profissionais referiam os afetos, as relações interpessoais (Dra. Rita), a comunicação (Ed. Patrícia) e ainda a resolução de conflitos (Ed.</p>
--	--

	<p>Cláudia), sendo essas opiniões partilhadas pelos outros profissionais presentes. Para além dessas, o Ed. Filipe indicou a importância de também se pensar nas competências a nível académico e profissional, tendo exposto dimensões como: a cooperação e o trabalho em equipa, a disciplina escolar, a motivação e empenho escolar.</p> <p>A determinado momento, o Ed. Lucas referiu que “é mesmo importante que elas tenham conhecimento de si próprias e falo tanto de aspetos positivos como negativos e que consigam ter atitudes positivas para consigo mesmas”. A Ed. Sofia partilhou que “têm de ter a capacidade de lidar com as situações adversas que lhes aparecem e têm de ter estratégias para lidar com o insucesso”. A Ed. Cláudia referiu que “a expressão de emoções para mim é um dos aspetos cruciais, pois elas precisam muito de desenvolver o autocontrolo”.</p> <p>Os profissionais foram consensuais ao referirem que era muito importante investir-se a esse nível, pois por um lado ao investir-se nas competências pessoais, de um modo geral, permitir-se-ia às jovens melhorias na sua atitude para consigo e com os outros. Por outro lado, alegaram ser importante investir-se nas competências sociais para que as jovens soubessem estar, agir e integrar-se socialmente. Todavia, concluíram também que consideravam um desafio para todos eles.</p> <p>O debate criado com a partilha foi considerado pelo grupo como positivo, pois permitiu “perceber que haverá sempre muito trabalho para fazer” (Ed. Cláudia); “assentarmos ideias em relação a esse assunto” (Ed. Patrícia); “perceber que enquanto equipa temos objetivos similares” (Ed. Filipe); “pensar que nunca podemos achar que é tarde para começar a dar passos, investindo em áreas tão importantes para elas” (Dra. Rita); “serviu para refletirmos sobre estas questões” (Dra. Carminho). Para além disso, o Ed. Lucas referiu que “apesar de não termos estado todos presentes, pois humanamente é impossível, sinto que fomos capazes de trazer o olhar de muitos outros nossos colegas sobre esta temática... pois ao</p>
--	---

	<p>longo do tempo temos pensando sobre essas questões todas e na pertinência delas para a vida das jovens dentro e fora da instituição”.</p> <p>Apesar de a Dra. Laura, a Dra. Margarida e a Diretora técnica não terem podido estar presentes na sessão, em conversas intencionais referiram que “na minha opinião as competências tanto pessoais como sociais são imprescindíveis serem desenvolvidas, pois pensando no desenvolvimento e preservação das relações que elas vão estabelecendo, não podemos esquecer que envolvem a comunicação, a resolução de conflitos e as competências de intimidade. Além disso, essas competências constituem-se como fundamentais para o amadurecimento e ajustamento social delas” (Dra. Laura); a Dra. Margarida, paralelamente ao que foi trazido pelos profissionais na sessão, apontou a “assertividade, autoconhecimento e autoconfiança” como competências pessoais importantes a serem desenvolvidas; por fim, a Diretora técnica expôs que “elas têm défices dessas competências que as prejudicam na adaptação social, no estabelecimento de relações saudáveis, na valorização pessoal... por isso, é importante investir na promoção e desenvolvimento delas; é importante investir no conhecimentos dos outros e nas atitudes sociais positivas, na capacidade de comunicação interpessoal, na resolução de conflitos, na capacidade para trabalhar em equipa, no cumprimento das regras sociais e nas relações positivas com figuras de autoridade”.</p> <p>Foi ao longo do tempo que as jovens também foram dando conta dos vários aspetos que foram trazidos pelos profissionais. Contudo, pelos discursos delas, destacavam com mais predominância a importância de ouvir os outros e estar com eles de forma mais positiva, as questões das emoções, do trabalho em equipa, realçavam a importância da existência de sentimentos positivos para consigo mesmas e os outros e ainda a importância de se investir ao nível da autoestima e confiança em si e nos outros.</p> <p>No âmbito da temática das competências pessoais e sociais, as jovens foram convidadas a participar numa sessão que decorreu dia 6 de março, intitulada por “Corrente da redação: somos um grupo...”.</p>
--	---

Sessão n.º2: “Corrente da redação: somos um grupo...”	
Local	Ala azul da Instituição.
Data e hora	6 de março de 2019; 14:00h-15:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Gaiata, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine.
Descrição	<p>A segunda sessão do domínio das competências pessoais e sociais realizou-se no dia 6/03/2019, pelas 14h, contando com a presença das 10 jovens. Quando conseguimos reunir com as jovens pedimos que se sentassem no chão em círculo, sendo que nós também estávamos sentadas nele, incluindo-nos também no grupo. Esta opção de colocar o grupo em círculo deveu-se ao facto de se perceber que a comunicação seria mais facilitada.</p> <p>Como forma de o grupo se sentir mais à vontade, inicialmente dialogámos com as jovens sobre o facto de ao longo das nossas vidas pertencermos a diferentes grupos de pessoas, seja por escolha própria, seja por circunstâncias que independiam da nossa vontade. Para além disso, expusemos que todos os grupos eram diferentes e que em todos eles existiam fraquezas que por vezes os deixava abaixo, mas que também existiam forças que os erguiam. Para compreender de que forma é que cada elemento do grupo o caracterizava e de perceber se tinham ideias comuns, foi dito que o exercício consistia em escrever uma história sobre o grupo. Assim, no centro do círculo estava uma cartolina branca e marcadores de várias cores, sendo que referimos que íamos começar nós por escrever o início da redação que era comum, mas que depois ninguém melhor do que elas para completar a história. Estabelecemos o início “Somos um grupo...”, sendo que a cartolina passou de jovem em jovem para escrever a sua contribuição. Antes de iniciar a dinâmica foi fundamental garantir que todas as jovens tinham compreendido o objetivo e como algumas das jovens demonstraram algumas dúvidas, explicámos de forma a que entendessem, tendo salientado que cada uma delas poderia contribuir da maneira que quisesse, escrevendo uma palavra ou</p>

	<p>frase que desse continuidade à pequena história. Foi também referido que as jovens não deveriam trocar opiniões nem saber o que estava a ser escrito pelas colegas.</p> <p>Passando à realização da dinâmica em si, a cartolina primeiramente passou por nós sendo que escrevemos no topo “Somos um grupo...”, “só de raparigas e temos entre 15 a 18 anos neste momento” (Bandeirinha Júnior); “convivemos muitas horas por dia. Torna-se difícil viver neste grupo porque muitas vezes estamos em guerra...” (Fred); “manipulamos, somos agressivas, violentas e dizemos mal umas das outras” (Ariana); “estar aqui não é um mundo cor de rosa, pois muitas vezes não nos respeitamos e não nos apoiamos” (Lili); “de miúdas ciumentas e competitivas” (Sacaninha); “que em determinadas situações somos cruéis umas para as outras” (Núria); “que fala mal pelas costas” (Luana); “não sabemos parar e ouvir, conversar em condições e dar opiniões... pois isso normalmente dá sempre confusão” (Pipoca Mendes); “muitas de nós não sabe pedir desculpas” (Yasmine); “único como qualquer outro” (Gaiata).</p> <p>Quando terminámos essa parte, questionámos às jovens se gostavam de acrescentar alguma coisa para além do que escreveram na cartolina, tendo a Luana referido que “acho que devem aparecer mais coisas más do que boas, mas eu tenho consciência de que estou a crescer muito aqui e elas também fazem parte disso” e a Núria acrescentado que “apesar de tudo, todas nós somos diferentes e fazemos a diferença neste grupo”. Como é possível verificar, as jovens tiveram tendência para se focar nos aspetos menos positivos do grupo e das interações que ocorriam. Por isso, num momento posterior, a cartolina passou de participante em participante novamente e pedimos a cada uma delas para enumerar nem que fosse apenas um aspeto positivo do grupo, tendo surgido ideias como “mas também é verdade que em alguns momentos conseguimos ser boas amigas” (Bandeirinha Júnior); “apoiamo-nos, ouvimo-nos e preocupamo-nos” (Fred); “damos carinho umas às outras e são elas que em vários momentos me fazem sentir melhor” (Ariana); “que</p>
--	---

	<p>por vezes sabe dar conselhos” (Lili); “conseguem respeitar o meu espaço e privacidade quando lhes peço” (Sacaninha); “algumas conseguem ser sinceras” (Núria); “que está presente nas crises umas das outras” (Luana); “que quando quer consegue perdoar” (Pipoca Mendes); “que se tenta ajudar nos problemas” (Yasmine); “com diferentes capacidades e talentos” (Gaiata). Tendo nós terminado com “afinal de contas somos um grupo e cada uma pode contribuir para que ele seja sentido como algo positivo para nós”.</p> <p>No final da dinâmica, dissemos que o texto que resultou ia ser lido, sendo que a jovem Núria se voluntariou para o ler:</p> <p>Somos um grupo... só de raparigas e temos entre 15 a 18 anos neste momento. Convivemos muitas horas por dia. Torna-se difícil viver neste grupo porque muitas vezes estamos em guerra... manipulamos, somos agressivas, violentas e dizemos mal umas das outras. Estar aqui não é um mundo cor de rosa, pois muitas vezes não nos respeitamos e não nos apoiamos. Somos um grupo de miúdas ciumentas e competitivas que em determinadas situações somos cruéis umas para as outras. Somos um grupo que fala mal pelas costas. Não sabemos parar e ouvir, conversas em condições e dar opiniões... pois isso normalmente dá sempre confusão. Muitas de nós não sabe pedir desculpas. Somos um grupo único como qualquer outro. Mas também é verdade que em alguns momentos conseguimos ser boas amigas. Apoiamo-nos, ouvimo-nos e preocupamo-nos. Damos carinho umas às outras e são elas que em vários momentos me fazem sentir melhor. Somos um grupo que por vezes sabe dar conselhos. Conseguem respeitar o meu espaço e privacidade quando lhes peço. Algumas conseguem ser sinceras. Somos um grupo que está presente nas crises umas das outras. Somos um grupo que quando quer consegue perdoar e que se tenta ajudar nos problemas. Somos um grupo com diferentes capacidades e talentos. Afinal de contas somos um grupo e cada uma pode contribuir para que ele seja sentido como positivo para nós.</p> <p>Após a leitura da história que permitiu a avaliação mútua, foi a altura em que pedimos ao grupo que refletisse sobre a pertinência da</p>
--	--

	<p>mesma para elas e para o grupo. Com o intuito de incentivar a participação de todas na reflexão, dirigimos duas questões ao grupo: como se sentiram e que conclusões tiram deste exercício? Assim, num momento de partilha de ideias, a Sacaninha começou por referir que “foi bom termos vários marcadores, pois assim escolhemos a cor que queríamos”. A Ariana referiu que “este exercício serviu para ver que temos opiniões parecidas sobre algumas coisas”. A Luana referiu que “deu para pensar sobre aspetos que temos de melhorar para o nosso bem”, opinião que também foi partilhada pela Núria e pela Bandeirinha Júnior. A Yasmine partilhou que “deu também para ver que nem tudo é mau e quando queremos conseguimos ser umas para as outras”, tendo a Fred e a Gaiata acenado com a cabeça. A Pipoca Mendes aludiu que “acho que também nos fez perceber que tem de partir de nós mudarmos as nossas atitudes”.</p> <p>No final da reflexão de grupo, fizemos uma síntese das ideias e relacionámo-las com os objetivos da dinâmica que se prendiam com o desenvolver o heteroconhecimento, a perceção, a sintonia entre o grupo, a interação e a criatividade. Para além disso, refletimos que a corrente de ideias que foi criada pelas jovens era importante para as mesmas refletirem no que é que cada uma delas pensou quando lhes foi pedido para caracterizar o grupo. Falámos que em todos os grupos existiam aspetos positivos e menos positivos e que esses eram considerados pelas pessoas de forma diferentes. Também concluímos que todos os grupos pelos quais temos a oportunidade de passar na vida são importantes na construção de quem somos.</p> <p>A sessão terminou com a marcação da sessão seguinte que ficou agendada para o dia 12 de março.</p>
--	--

Sessão n.º3: “A magia da comunicação”	
Local	Ala azul da Instituição.
Data e hora	12 de março de 2019; 14:00h-15:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Lili, Luana, Núria, Sacaninha e Yasmine.

Descrição	<p>A terceira sessão do domínio das competências pessoais e sociais realizou-se no dia 12/03/2019, pelas 14h, contando com a presença de 6 jovens (a Bandeirinha Júnior tinha ido à biblioteca, a Fred e a Pipoca Mendes encontravam-se a ter visitas e a Gaiata tinha ido a uma consulta médica). Para esta sessão denominada “A Magia da Comunicação” foram propostos dois exercícios que quanto à lógica foram similares e cujo o objetivo foi falar sobre alguns elementos da linguagem do nosso corpo e o seu papel na comunicação que temos com os outros.</p> <p>Começamos por explicar que a linguagem corporal era uma forma de comunicação não verbal e questionámos se elas conseguiriam elencar alguns elementos da linguagem corporal. Após termos dado algum tempo para pensarem referiram “os gestos” (Luana); “as expressões da cara” (Ariana); “o olhar” (Núria); “a postura” (Sacaninha). Aprofundando cada um deles, relativamente ao olhar e considerando os contributos das jovens, falámos que o nosso olhar comunicava uma infinidade de informações e que a forma como nos expressávamos com o nosso olhar podia ser fundamental na nossa vida, pois num diálogo com alguém, a maneira como as pessoas se olham fará toda a diferença na transmissão ou receção de uma mensagem. Para além disso, tentámos com que as jovens pensassem em alguns aspetos sobre o poder do olhar na comunicação, de modo a que partilhassem algumas experiências que tivessem tido, tendo a Ariana partilhado que “eu não gosto muito que estejam a olhar para mim durante muito tempo, pois começo a ficar intimidada e desconfortável”; a Núria referiu que “o meu olhar já transmitiu algumas vezes quando eu estava a mentir”; a Yasmine expôs que “os olhos podem transmitir se estamos interessados em ouvir o que nos estão a falar”, sendo que a Lili e a Sacaninha partilharam das opiniões das colegas, tendo a Sacaninha acrescentado que “um olhar nunca mente”. Sobre a postura as jovens referiram ser dos aspetos mais importantes, sendo que refletimos que ao ter uma boa postura era possível transmitir mais segurança para as pessoas com quem estamos a comunicar. Juntas tentámos elencar algumas posturas</p>
-----------	---

	<p>que por vezes as jovens e as pessoas no geral tinham, tendo surgido “cruzar os braços” (Luana); “sentar-se de forma incorreta” (Luana). Acerca dos gestos as jovens referiam que no geral eram uma excelente ferramenta de comunicação e contribuíam, muitas das vezes, para o esclarecimento de uma mensagem verbal mal transmitida. Todavia, também expressaram que havia situações em que os gestos poderiam revelar algumas emoções de forma involuntária, trazendo para a comunicação aspetos que elas não gostavam que fossem compreendidos. Nesse seguimento, deram alguns exemplos como o roer as unhas, o estalar os dedos e o mexer no cabelo, que na voz da Luana “são coisas que faço de forma inconsciente”; “transmitem insegurança” (Sacaninha). Em relação às expressões faciais as jovens afirmaram que existiam expressões positivas e negativas, tendo dado alguns exemplos como: desespero (Lili); nojo (Núria; sorriso (Yasmine); tiques (Ariana). Antes de dar início ao exercício em si, perguntámos se algumas das jovens gostava de transmitir alguma coisa, sendo que a Luana expôs que “eu sinto muitas vezes que na origem dos nossos conflitos está muitas das vezes erros na comunicação que temos umas com as outras”, sendo que a Núria acenou com a cabeça, demonstrando que tinha concordado com o que tinha sido dito.</p> <p>Continuando com o exercício, em cima de uma mesa tínhamos 6 cartões virados para baixo, onde cada um tinha escrito um estado de espírito, sendo eles: a agressividade, o carinho, a amizade, o medo, a calma e o nervosismo. Foi pedido que cada uma das jovens se levantasse e tirasse um dos cartões à sorte, tendo a Ariana ficado com o medo; a Lili com a calma; a Luana com a amizade; a Núria com a agressividade; a Sacaninha com o nervosismo; e a Yasmine com o carinho. Posteriormente foi pedido que as jovens retratassem o estado de espírito que lhes calhou através do olhar, da postura, dos gestos e das expressões faciais, ou seja, os elementos da linguagem corporal identificados conjuntamente anteriormente. Para além disso, também foi referido que as jovens não poderiam falar. À medida que as jovens iram representando as restantes foram</p>
--	---

	<p>tentando adivinhar o estado de espírito que estava a ser retratado. Ao longo destes momentos, fomos comentando algumas das atitudes tidas pelas diferentes jovens, com o intuito de provocar atenção aos detalhes expressos por cada uma delas de forma não verbal.</p> <p>Para o segundo exercício foi importante iniciarmos com uma conversa sobre a voz e as características da mesma. Levantámos algumas questões como “como é que o tom de voz pode alterar o que pretendem comunicar?; como podemos escolher o tom de voz mais correto?; o que é que o tom de voz pode comunicar?”, sendo que a Ariana começou por comentar que o “tom de voz que usamos com as pessoas pode dizer que tipo de relação existe entre nós”; “eu costumo falar muito alto quando estou nervosa” (Núria); “a voz também pode transmitir a forma como nos estamos a sentir em determinado momento” (Luana). Para além disso, falámos que o nosso tom de voz poderia ser alto ou baixo, estridente ou doce, calmo ou tenso e rápido ou lento. Depois, tornámos a colocar os cartões com os estados de espírito novamente em cima da mesa, baralhámo-los e pedimos de novo para que as jovens se levantassem e tirassem à sorte um cartão. À Ariana calhou a amizade; à Lili o carinho; à Luana a calma; à Núria o nervosismo; à Sacaninha o medo; e à Yasmine a agressividade. Foi interessante, pois a todas elas calharam cartões diferentes do outro exercício. Consoante o estado de espírito que lhes calhou foi pedido que o representassem com os 4 tipos de voz anteriormente enunciados.</p> <p>No final ouvimos o que as jovens nos quiseram transmitir acerca da sessão, sendo que o balanço da sessão foi positivo como transmitiram nos discursos: “foi bom porque percebemos que a comunicação pode ser feita de várias formas, mas acho que é mais fácil usar a voz para expressar o que sentimos” (Núria); “deu para perceber que às vezes temos dificuldade em comunicar da melhor forma” (Luana). Para além disso, as jovens trouxeram alguns exemplos que demonstraram o poder da comunicação nas suas relações, tendo a Sacaninha referido que “já fui mal interpretada porque não escolhi o tom de voz mais correto”; “às vezes não tenho</p>
--	---

	<p>consciência da linguagem do meu corpo, pois sai do meu controle” (Yasmine); “sei que a minha cara às vezes revela o que estou a sentir” (Ariana). A Lili ainda partilhou que “às vezes não são precisas palavras, os gestos e as expressões dizem tudo”.</p> <p>A par disso, refletimos sobre a importância de prestarmos atenção não apenas ao que as pessoas dizem, mas a todos os aspetos do seu comportamento durante a comunicação. Considerámos que o saber comunicar devidamente em diferentes situações era fundamental e que a partir da linguagem corporal era possível melhorarmos a forma nos relacionamos com os outros.</p> <p>Esta sessão terminou com a marcação da próxima sessão, tendo ficado agendada para dia 27 de março.</p>
--	--

Sessão n.º4: “Cocktail dos sentimentos e cultivo de emoções positivas”	
Local	Ala azul da Instituição.
Data e hora	27 de março de 2019; 14:00h-15:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Gaiata, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine.
Descrição	<p>A quarta sessão no âmbito das competências pessoais e sociais realizou-se no dia 27/03/2019, pelas 14h, tendo contado com a presença das 10 jovens. A sessão iniciou-se com uma partilha sobre os sentimentos, onde demos espaço para que elas fizessem comentários sobre sentimentos, dificuldades e facilidades acerca da sua integração na instituição e no grupo, que julgassem ser pertinentes. Perante isso, as jovens foram referindo alguns aspetos, como: “temos sentimentos diferentes ao longo dos dias, depende de diferentes coisas que vão acontecendo” (Luana); “tem vezes que me sinto alegre, zangada, culpada, sozinha e triste..., mas acho que são mais as vezes que estou enervada” (Núria); “eu muitas vezes sinto preguiça para fazer as coisas e na maior parte das vezes sinto-me aborrecida” (Fred); “acho que nenhuma de nós está aqui porque quer e vivemos de forma intensa o que se passa aqui. Acho que por</p>

	<p>vezes até sentimos mais do que um desses sentimentos ao mesmo tempo e ficamos até confusas sobre o que sentimos, ao menos falo por mim” (Sacaninha). Após essa partilha dialogámos com as jovens sobre o facto de que não deveríamos ter vergonha dos nossos sentimentos, que todas as pessoas tinham emoções boas e outras menos boas e o mais importante era dar-mo-nos conta do que fazíamos com eles, referindo que todos nós podíamos aprender a falar e a geri-las de forma saudável. Neste sentido, a Luana partilhou que “aqui é normal sentirmo-nos zangadas muitas vezes, mas não é bom quando deixamos isso nos controlar”, sendo que perguntámos o que acontecia quando sentiam que esse sentimento as estavam a controlar, tendo a Fred referido que “começam os gritos”; “estragamos coisas” (Gaiata).</p> <p>Falámos com as jovens sobre a importância de reconhecermos os nossos sentimentos, tendo partilhado com elas que antes de partilharmos com alguém os nossos sentimentos precisamos, primeiramente, de descobrir o que estamos a sentir. Perante isso, foi dito às jovens que fazer uma lista de sentimentos as poderia ajudar e pedimos para que as mesmas pensassem, escrevessem num papel ou desenhassem sentimentos considerados por elas como positivos e negativos. Observámos que as jovens usaram as três formas diferentes para realizar a tarefa. Após termos dado algum tempo para que as jovens realizassem essa tarefa, foi o momento da partilha em grande grupo, sendo que foi dito que as jovens só participavam nesta fase se quisessem e se sentissem à vontade, tendo todas referido que não se importavam de partilhar. Foi pedido para que identificassem um sentimento positivo e um sentimento negativo, sendo que a Pipoca Mendes foi a primeira a partilhar o que tinha pensado, tendo referido “felicidade e tristeza”; “amor e stresse” (Sacaninha); “esperança e ira” (Núria); “alegria e falha” (Bandeirinha Júnior); “motivação e ciúme” (Lili); “humor e medo” (Luana); “felicidade e desespero” (Fred); “esperança e vergonha” (Ariana); “diversão e culpa” (Gaiata); “paz e preocupação” (Yasmine). Perguntou-se se as jovens teriam pensado, escrito ou</p>
--	--

	<p>desenhado outros sentimentos ou emoções, sendo que na esfera dos negativos referiram outros como: o pânico, a vingança, a agressividade, a dor, a frustração, a raiva e a revolta. Quanto aos positivos ouviram-se outros como: a paixão, a gratidão e a saudade, sendo este último entendido por algumas, também, como positivo.</p> <p>Depois, pedimos para quem quisesse partilhar o que determinados sentimentos (à sua escolha) provocavam nelas, tendo a Luana referido que “quando sinto medo costumo suar”; em relação à vergonha, a Ariana referiu que “quando me sinto com vergonha parece que fico vermelha... fico desconfortável”; sobre a ira, a Núria aludiu que “quando estou zangada o meu coração dispara e começa a bater mais rápido”. A Pipoca Mendes referindo-se à tristeza disse que “quando estou triste sinto-me desanimada e tenho vontade de chorar”. Detendo-se sobre os sentimentos de carácter positivo, a Pipoca Mendes referiu que “na minha opinião a felicidade é dos melhores sentimentos que se pode ter”, tendo a Fred acrescentado que “faz-nos sorrir e encarar a vida de forma boa”. Sobre o amor, a Sacaninha partilhou que “é importante pois é o que me faz sentir carinho pelas outras pessoas”, tendo a Lili acrescentado que “ou pelos animais”. Relativamente à esperança a Núria começou por referir que na perspetiva dela consistia no “acreditar que consegues alcançar o que desejas”, tendo a Luana acrescentado que “esse sentimento para mim também é bom pois significa que eu acredito em mim para lidar com determinadas situações”. A Luana sobre o humor aludiu que era um sentimento positivo, uma vez que “faz com que a pessoa esteja minimamente bem disposta para enfrentar os dias”.</p> <p>Na segunda parte da sessão, realizámos a dinâmica “Atravesse a linha” que consistiu na exposição de situações diversas. Para a concretização do exercício, delineamos no chão uma linha construída por 4 mecos que dividiu o espaço entre o “SIM” e o “NÃO” (escrito a giz no chão). As jovens quando confrontadas pela leitura de situações pela nossa voz, acerca de problemas ou situações reais, tiveram que se deslocar caso sentissem que tinham ou faziam parte</p>
--	--

	<p>dessas situações. Para que tal acontecesse, os diferentes elementos do grupo estavam em pé reunido no lado “NÃO” da sala e tiveram de passar para o lado “SIM” quando se sentiam identificadas com as situações. Situações lidas por nós: “atravesse a linha quem já se sentiu incompreendido pelas outras pessoas; atravesse a linha quem já se sentiu inseguro; atravesse a linha quem já se sentiu vítima de <i>bullying</i>; atravesse a linha quem já se sentiu incapaz de alcançar objetivos; atravesse a linha quem já foi agressivo para com alguém; atravesse a linha quem já sentiu revolta; atravesse a linha quem já teve complexos em relação à sua imagem; atravesse a linha quem já sentiu que havia obstáculos a impedir de alcançar determinado sonho; atravesse a linha quem já duvidou de si próprio; atravesse a linha quem sente esperança”. Excluindo a declaração relacionada com o <i>bullying</i> em que apenas 3 das jovens atravessaram a linha, nas outras situações trazidas, todas as jovens passaram para o lado sim, demonstrando que vivenciavam ou que já tinham vivenciado situações comuns referentes a vários aspetos. Assim, este exercício teve como objetivos fomentar o auto e heteroconhecimento, contribuir para um momento de reflexão, procurar valorizar o respeito mútuo, proporcionar um momento de introspeção e reconhecer que problemas considerados “únicos” são afinal partilhados.</p> <p>Posteriormente, falámos de que a par do reconhecimento do que sentimos em vários momentos também era importante aceitá-los e tentar compreendê-los. A determinado momento a Ariana expôs que “não há problema nenhum em sentir seja o que for. Toda a gente tem sentimentos”, sendo que aproveitámos essa partilha para expor que concordávamos com ela e demonstramos que podíamos pensar sobre o que sentimos e tentar compreender porque nos sentimos de determinada forma, fazendo questões a nós mesmos. Em grupo, chegamos a determinadas questões que as poderiam ajudar a pensar e a compreender porque tinham determinados sentimentos, sendo elas: há alguma coisa que nos está a preocupar? Tal situação deixa-nos tristes ou chateados? Sentimos este sentimento de vez em</p>
--	---

	<p>quando ou muitas vezes? O que podemos fazer para nos sentirmos melhor?. Paralelamente a isso, discutimos sobre a questão de ser importante falar sobre os nossos sentimentos, tendo as jovens referido que “por vezes prefiro ficar sozinha com os meus sentimentos maus” (Lili); “eu às vezes também prefiro guardar para mim” (Luana). Perante isso, outras das jovens foram dando algumas dicas, salientando que “mas é importante que falemos sobre o que sentimos” (Fred); “quando eu o faço começo a sentir-me muito melhor” (Pipoca Mendes); “não te sentirás tão sozinha” (Yasmine). No seguimento disso, transmitimos que os problemas ou os sentimentos não iriam desaparecer magicamente só por falarmos sobre eles, mas que era fundamental termos alguém com quem partilhá-los e que nos ajude a encontrar formas de nos sentirmos melhor. A Lili partilhou que “às vezes tenho receio de incomodar a minha mãe ao falar sobre o que sinto”, tendo a Sacaninha e a Núria exposto que “eu acho que todos os bons pais querem saber o que se passa connosco e ajudar-nos, mas também tens aqui outros adultos com quem podes falar” (Núria); “tens de ver em que adultos confias” (Sacaninha).</p> <p>Noutro momento da sessão surgiu outra dúvida relacionada com como deviam falar sobre o que sentiam. Perante essa questão, dialogámos com as jovens que após escolhermos com quem desejávamos falar, era importante escolher onde e quando iríamos falar, equacionando se precisavam de estar num sítio em que tivessem privacidade ou se não se importavam que fosse falado com pessoas por perto. A Sacaninha questionou “e quanto temos dificuldade em dizer o que estamos a sentir e o que se passa na nossa cabeça?”, sendo que perguntámos às jovens se gostariam de tentar responder à colega, dando-lhe sugestões. A Luana referiu que “podemos desenhar” e a Núria referiu que “ou escrever”, tendo as restantes jovens concordado.</p> <p>Após a conclusão do exercício, o grupo reuniu-se em círculo, estando todos sentados em cadeiras e foi a ocasião dada para que as jovens pudessem pensar sobre a sessão, expondo o que quisessem. A</p>
--	---

	<p>Luana referiu que nem sempre era fácil falar sobre os sentimentos e que “às vezes nem nós próprias sabemos explicar bem o que estamos a sentir”. Todavia, concordaram que partilhar os sentimentos com pessoas que fossem sentidas por elas como confiáveis poderia ajudá-las a compreender melhor os sentimentos e as emoções e, conseqüentemente, a sentirem-se melhor. Outras opiniões foram trazidas pelas jovens, como: “percebi que não precisamos de resolver os nossos problemas e preocupações sozinhos” (Fred); “gostei da sessão, deu para perceber que todas nós temos sentimentos e que, por vezes, o que sentimos é parecido ou igual ao que outra pessoa já sentiu ou sente” (Pipoca Mendes); “aprendi que os sentimentos são vividos por todas nós de forma diferente e é preciso entender e respeitar isso” (Lili); “foi um assunto delicado, mas gostei muito da sessão, principalmente da atividade da linha, pois fez-me pensar em mim e nos outros” (Sacaninha); “gostei do facto de termos a possibilidade de desenhar para representar os sentimentos, já que eu não gosto muito de escrever” (Luana); “eu gostei que ao longo da sessão houvesse reflexão e discussão sobre o tema em si” (Núria), sendo uma opinião partilhada por todas, pois pelo que percebemos essa estratégia ajudou-as a ir mais além, capacitando-as para a exploração do que sentiam em diversas situações da vida dentro e fora da instituição.</p> <p>Em grande grupo chegámos à conclusão que os sentimentos positivos eram sentimentos agradáveis que provocava nas jovens sensações de bem-estar, contribuindo em grande medida para preservar a sua saúde física e psíquica, uma vez que, tal como referiu a Yasmine “ajudam a diminuir o stress e ansiedade” tendo a Luana acrescentado que “é importante que estejamos rodeadas de sentimentos positivos”. Em contrapartida, concluímos que os sentimentos negativos eram aqueles que causavam mal-estar nas jovens. Todavia, como referiu a Núria “também são importantes para o nosso crescimento” enquanto pessoas.</p> <p>Encerrámos esta sessão transmitindo às jovens que como elas indicaram, falar sobre os nossos sentimentos poderia parecer, numa</p>
--	--

	<p>fase inicial, assustador, mas que se nos déssemos a oportunidade de falar poderia tornar-se mais fácil. Comentámos também que todas as pessoas tinham diferenças e dificuldade que, muitas das vezes, não eram compreendidas pelos outros e que todos nós, precisávamos de compreensão, carinho e consideração pelo que sentíamos.</p> <p>Ao término da sessão, as jovens partilharam connosco que não sentiram o tempo a passar, porque “estivemos muito concentradas” (Gaiata) e “distraídas com o que estávamos a fazer” (Pipoca Mendes), tendo perdido a noção das horas, o que revelou ser uma evolução no grupo, uma vez que tendiam a não ter interesse nas atividades, acabando por se distrair e desmotivar facilmente. No fim desta sessão, atentámos e acolhemos um gesto espontâneo vindos das jovens: os aplausos. A próxima sessão ficou para dia 3 de abril.</p>
--	--

Sessão n.º5: “Eu na relação com os outros: valores para se viver em sociedade”	
Local	Ala azul da Instituição.
Data e hora	3 de abril de 2019; 14:00h-15:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Luana, Núria, Pipoca Mendes e Sacaninha.
Descrição	<p>A quinta sessão do domínio das competências pessoais e sociais realizou-se no dia 03/04/2019, pelas 14h, tendo contado com a presença de 6 jovens (a Fred, a Gaiata, a Lili e a Yasmine tinham tido diferentes compromissos pessoais, cujos não davam para desmarcar). Para a sessão fizemo-nos acompanhar de um dicionário e num momento inicial perguntámos se alguma das jovens estava disposta a encontrar o significado de uma palavra, tendo a Sacaninha voluntariando-se para o fazer. Pedimos que procurasse a palavra “valor” no dicionário que tinha nas suas mãos. Como vimos que a jovem estava com alguma dificuldade em fazê-lo ajudámo-la nessa tarefa, explicando em voz alta como estávamos a fazer para chegar até à palavra que queríamos, de forma a que as restantes jovens continuassem atentas e concentradas. Quando encontrámos a</p>

	<p>palavra, solicitámos à jovem que lesse em voz alta o que dizia, tendo ela lido que “aquilo que uma coisa vale; importância que se atribui ou reconhece a algo ou alguém; qualidade que desperta admiração por alguém; objeto valioso; estima que se tem por um objeto”. Após a leitura e após termos esclarecido alguns termos às jovens, relacionámos o valor com os valores humanos, tendo-se explicado que quando decidíamos fazer algo, estávamos a realizar uma escolha e que, naturalmente, manifestávamos certas preferências, o que significava que evocávamos certos motivos para justificar as nossas decisões. Por outras palavras, refletimos que os valores humanos eram as razões ou motivos pelos quais nós nos aproximávamos ou nos afastávamos de algumas pessoas ou que nos faziam optar por determinados caminhos.</p> <p>Depois, pretendeu-se que as jovens escolhessem um valor que considerassem mais importante na relação com os outros ou dito de outra forma, um valor que considerassem importante para se viver em sociedade. Para isso, o grupo encontrava-se de pé e no centro estava uma bola de basquetebol que continha algumas etiquetas coladas. Essas etiquetas tinham escritas as seguintes palavras: dedicação, cooperação, justiça, respeito, tolerância, igualdade, empatia, liberdade, honestidade, solidariedade, amizade, responsabilidade, amor e compreensão, tendo-se explicado que os valores que não seriam escolhidos ficariam na bola que no final da sessão iria ser chutada por elas. Cada uma, de forma ordenada, foi à vez ao centro e escolheu uma das etiquetas, explicando ao grupo o porquê da sua escolha. Depois lançavam a bola para outra colega, até todas terem tido a oportunidade de estar com a bola para escolher a palavra e justificar a sua escolha.</p> <p>É de referir que uma questão importante foi que tomámos em consideração que deveríamos ter um número de palavras superior ao número de jovens. Por isso, mesmo que estivessem estado as 10 jovens presentes, tínhamos na bola 14 valores escritos. Isso foi importante para garantir que cada jovem não se sentisse limitada na escolha. Assim, foi visível que todas as jovens foram lendo de forma</p>
--	--

	<p>atenta as diferentes palavras e todas elas, à exceção da Luana tiveram ainda algum tempo a pensar que palavra descolariam da bola.</p> <p>A Bandeirinha Júnior foi a primeira a retirar uma etiqueta, tendo escolhido a palavra justiça, tendo referido que, “pois, é importante que todos tenhamos direitos e deveres iguais”. Passou a bola à Pipoca Mendes que descolou a palavra amizade, tendo explicado que “escolhi a amizade porque ela é capaz de transmitir felicidade às pessoas e isso... faz bem ao coração e à mente”. Quando a Sacaninha teve a bola arrancou a palavra amor e referiu que “queiramos aceitar ou não, o amor tem muita importância nas nossas vidas e inclui muita coisa...amar pode ser ajudar as pessoas que precisam, compreender as atitudes delas, não aceitar injustiças... nós não somos ninguém sem o amor e nós podemos sentir amor por pessoas da nossa família ou por pessoas que não são da nossa família”. A Núria escolheu a palavra cooperação e expressou que “para mim o ato de as pessoas se ajudarem umas às outras é necessário e traz vantagens para todos”. A Luana elegeu a palavra respeito e referiu “nem sei como é que esta ainda não foi escolhida. Para mim é das mais importantes que está aqui. Se não houver respeito... não conseguimos demonstrar todos os outros sentimentos positivos pelas outras pessoas. Para mim os relacionamentos têm de ser baseados acima de tudo no respeito”. Por fim, a Ariana retirou da bola a palavra tolerância, referindo que “eu não sei bem se o que vou dizer está muito certo, mas penso que esta palavra tem a ver com o facto de respeitar a forma de pensar, fazer e sentir dos outros, mesmo quando são diferentes da nossa. Ou seja, tem a ver com a aceitação e o respeito pelas pessoas, mesmo que isso por vezes não seja fácil, mas isso é essencial para haver equilíbrio entre as pessoas”.</p> <p>Posteriormente a essa partilha que refletiu escolhas mais individuais, abriu-se espaço para ver se algumas das jovens queria expressar mais alguma opinião, sendo que a Sacaninha expôs que “eu escolhi amor, mas podia ter perfeitamente escolhido antes</p>
--	---

	<p>respeito, pois concordei com o que a Luana disse. Para mim respeitar os outros não quer dizer que concordemos sempre com eles em tudo, mas tem a ver com o não ofendê-los por causa da forma que escolhem para viver ou as suas escolhas”, tendo a Núria acrescentado que “e para sermos respeitados pelas nossas escolhas temos que respeitar as dos outros também, mas sei o quanto isso pode ser complicado”.</p> <p>A segunda parte do exercício foi pensada na altura e consistiu em as jovens optarem por escolhas coletivas. Para isso, primeiro citámos os valores que já tinham sido escolhidos, sendo eles: a amizade, o amor, a cooperação, a justiça, o respeito e a tolerância. Depois disso, como reparámos que tinham sobrado 8 valores, pedimos para que as jovens, juntas, escolhessem salvar ou resgatar mais 4. Numa fase inicial da tarefa, as jovens foram pensando alto, referindo que por elas salvavam este ou aquele, chegando até a ouvir-se que era uma tarefa difícil pois consideravam todos importantes de alguma maneira. A Luana encontrava-se um pouco agitada e referiu em voz alta “vocês não perceberam que temos de escolher só dois e que não sou eu nem tu, nem tu a escolher? Temos de ser todas”, sendo que a Pipoca Mendes expôs “vamos lá então”. Como vimos que o grupo estava a ter uma certa dificuldade em organizar-se pedimos para que elas dessem sugestões de como seria mais fácil para realizar a tarefa, tendo surgido três sugestões, entre elas: “pode cada uma dizer os 4 que acha e depois vemos os que são ditos mais vezes” (Bandeirinha Júnior); “podemos descolar da bola um a um e cada uma vai dizendo um ou mais motivos para que seja escolhido”; “para mim como são todos importantes podíamos tirar à sorte” (Pipoca Mendes). Todavia, em grupo, após algum debate entre elas, chegaram à conclusão que algumas das estratégias faladas, principalmente a primeira e a última não eram as melhores, pois não iriam refletir uma escolha consciente, justa nem aceite por todas, sendo que optaram pela segunda sugestão trazida pela Arianne. Dando continuação ao exercício, a liberdade foi o valor que mais reuniu consenso entre as jovens, sendo que trouxeram argumentos como</p>
--	--

	<p>“aprendi que é um princípio básico dos seres humanos” (Luana); “todas as pessoas têm esse direito” (Ariana); “cada um pode decidir o que quer” (Bandeirinha Júnior); “também podemos pensar na liberdade de as pessoas dizerem o que pensam” (Núria); “eu acho que a liberdade traz felicidade e sossego às pessoas” (Sacaninha), tendo a Pipoca Mendes concordado. Outro dos valores que resgataram de forma mais rápida e consensual foi a solidariedade, uma vez que “é importante ajudarmos os outros” (Sacaninha); “até com pequenos gestos podemos ajudar as pessoas” (Luana); “podemos ser solidários ao dar palavras de apoio a um familiar ou amigo” (Ariana); “ao sermos solidários podemos mostrar as nossas coisas boas” (Pipoca Mendes), tendo a Bandeirinha Júnior e a Núria partilhado das mesmas opiniões.</p> <p>Relativamente aos restantes valores, ao longo da discussão nem sempre existiu acordo entre as jovens. Se por um lado umas deram a entender que valorizaram mais a responsabilidade e a compreensão, outras queriam salvar a honestidade e a igualdade. Se por um lado a Pipoca Mendes, a Bandeirinha Júnior e a Luana valorizavam a compreensão, tendo referido “para mim é muito importante que haja compreensão entre as pessoas” (Bandeirinha Júnior); “acho importante porque também é o que nos ajuda a entender as pessoas e só conseguimos dar-nos bem se compreendermos os comportamentos delas” (Pipoca Mendes); “compreensão é muito importante pois eu acho que é outra das bases para termos relações com as pessoas. Se não houver compreensão do que é falado e sentido a relação pode quebrar-se” (Luana), por outro, a Núria mencionou que “eu não escolhia compreensão, mas antes igualdade”, tendo acrescentado que, “pois, defendo que é fundamental todas as pessoas terem as mesmas oportunidades e direitos”. Nesse seguimento, a Luana referiu que “eu também considero a igualdade muito importante, pois temos de pensar que é fundamental todos termos os mesmo direitos e deveres também”.</p> <p>A Ariana partilhou que “eu acho que a honestidade é mesmo muito importante e é um valor que pode levar as pessoas muito</p>
--	---

	<p>longe, pois ser honesto é ser verdadeiro connosco próprias e com os outros”, tendo sido uma opinião partilhada pelas restantes colegas. Depois, a Sacaninha expôs que “sim, eu também acho que a honestidade é importante e além do que ela disse, a honestidade também tem a ver com o respeitarmo-nos a nós e aos outros. E também acho que ser honesto pode trazer benefícios para as pessoas”, tendo a Luana acrescentado que “sim, pensando assim concordo, por exemplo, se fôssemos mais honestas aqui, podíamos ter mais consideração e a admiração umas pelas outras”. A Núria ainda expôs que “eu ligo a honestidade à verdade e à sinceridade e sim, acho que é importante que haja isso nas relações”. Desta forma, e após terem debatido e partilhado de forma intensa a sua perspetiva e ouvido a das restantes, decidiram preservar por ordem, a liberdade, a solidariedade, a compreensão e a honestidade.</p> <p>A dinâmica deu-se por concluída quando lançámos a seguinte questão ao grupo “Querem chutar a bola?”, dando-se a possibilidade de as jovens expressarem a sua opinião. Assim, após a existência de alguma reticência por parte da maioria das jovens em responder, trouxeram algumas opiniões como: “nunca mais me lembrei que isso tinha sido dito no início” (Pipoca Mendes); “não consigo, pois chutar quer dizer que não dou nenhuma importância aos que ficaram ali... e isso não é verdade, pois mesmo aqueles são importantes para conseguirmos viver com os outros” (Luana); “posso achar mais importante um valor que outro, mas não quer dizer que os outros me sejam indiferentes” (Núria); “todos eles são necessários” (Ariana). A Bandeirinha Júnior e a Sacaninha não se quiserem expressar verbalmente nesta parte da sessão.</p> <p>Na fase de desenvolvimento da dinâmica que foi descrita até a este momento, foi fundamental estarmos atentos ao grupo, para compreender como é que cada uma delas estava a interagir com o grupo e de forma a atuar no caso do surgimento de alguma dificuldade na realização da dinâmica ou no caso de surgir algum conflito. Assim, podemos referir que devido à negociação que pressupôs por parte das jovens a exposição das suas ideias e das suas</p>
--	---

	<p>crenças, relativas aos vários valores, existiu a presença de alguns comentários menos felizes e desnecessários entre as jovens.</p> <p>Na fase denominada de avaliação ou discussão, e considerada por nós a que mais contribui para o processo de aprendizagem dos participantes, pedimos às jovens que se sentassem em círculo e incentivávamos a participação de todas na reflexão. Para facilitar a reflexão, expusemos algumas questões como “como se sentiram durante a sessão? O que acharam mais fácil ou difícil? Sentiram alguma dificuldade? Que conclusões tiram desta sessão? Qual foi a pertinência dela para vocês?”. Todas as jovens concordaram que a sessão tinha sido rica, pois “fiz com que tomássemos consciência de alguns dos valores que consideramos importantes” (Luana); “foi interessante porque, para além de darmos a nossa opinião, tivemos de ouvir o que as outras também diziam sobre as mesmas palavras” (Pipoca Mendes); “eu podia ter escolhido mais do que um” (Núria); “não concordei totalmente com tudo o que iam dizendo, mas fez-nos perceber que realmente determinadas escolhas que fazemos têm a ver com o que valorizamos” (Sacaninha); no mesmo sentido, a Bandeirinha Júnior partilhou que “por vezes afastamo-nos de pessoas pois não têm os mesmos valores que nós ou porque não respeitam o que nós achamos. no primeiro exercício senti alguma dificuldade, pois como disseram também queria ter escolhido mais. Pela justificação delas também percebi que alguns estão relacionados com outros” (Bandeirinha Júnior); “achei a sessão muito interessante, até agora acho que foi a minha preferida” (Ariana). Para além disso, o grupo inteiro também considerou que a segunda parte do exercício foi a mais difícil, tendo partilhado que “foi complicado porque tivemos de escolher mais e justificar” (Núria), sendo que perante isso, a Luana expôs que “sim, também posso dizer que achei exigente essa parte, mas se fomos nós a escolher também tínhamos de demonstrar que sabíamos dar significado às nossas escolhas”. Sobre a parte do chutar a bola, as jovens referiram ter sido “engraçado”, tendo transmitido que permitiu que elas percebessem que ao trazerem de forma clara a sua</p>
--	---

	<p>opinião e o que pensam, era possível que as suas escolhas fossem respeitadas pelos outros. Pensámos que isso se deveu ao facto de termos dado a possibilidade de chutar ou não a bola, uma vez que se considerou a vontade delas de não o fazer.</p> <p>Perante algumas atitudes menos felizes por parte das jovens que foram referidas acima, foi nesta fase da sessão que resolvemos essas situações, sendo pedido para que pensassem na importância de saber escutar o outro respeitando-o, na forma como falam para os outros e nas atitudes menos positivas que, por vezes, têm para com as pessoas que as rodeiam. Para além disso, também se expôs que por vezes criámos pensamentos face a determinadas pessoas e que tais pensamentos podem ajudar ou bloquear as relações que construímos com elas.</p> <p>No final da reflexão de grupo, para além de termos agradecido os comentários delas, transmitimos ideias importantes para que o grupo ficasse com uma mensagem simples e clara. Assim, partilhámos que por detrás das nossas decisões, ao longo da nossa vida, íamos pensando nos valores que para nós eram os mais importantes e que era fundamental cada um de nós tomar consciência dos nossos valores, bem como dos valores das pessoas com quem convivíamos diariamente, pois ficaria mais fácil de nos compreendermos. Para além disso, expusemos que com estes exercícios compreendemos que todos nós tínhamos valores comuns e distintos, sendo que para viver em sociedade era importante respeitar esse facto. Tendo as jovens demonstrado vontade em ficar com as etiquetas, isso foi possibilitado.</p> <p>Esta sessão terminou com a marcação do encontro de grupo seguinte, que ficou agendado para dia 10 de abril, próxima quarta-feira.</p>
--	---

Sessão n.º6: “ Teias do conflito”	
Local	Ala azul da Instituição.
Data e hora	10 de abril de 2019; 14:00h-15:30h.

Presenças	Jovens – Ariana, Fred, Gaiata, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes e Sacaninha.
Descrição	<p>A sexta sessão no âmbito das competências pessoais e sociais realizou-se no dia 10/04/2019, tendo contado com a presença de 8 jovens, uma vez que a Bandeirinha Júnior e a Yasmine por motivos privados não conseguiram estar presentes. De modo a facilitar a comunicação entre o grupo pedimos para que as jovens se sentassem nas cadeiras que estavam no espaço, formando um círculo. Começamos por explicar que a sessão tinha como objetivos percebermos as ideias que cada uma delas tinha relativamente à palavra conflito; refletirmos em conjunto que o conflito é algo natural nas relações; pensarmos sobre a pertinência de sabermos lidar de uma forma positiva com os conflitos que nos poderiam surgir; e, promovermos reflexões conjuntas.</p> <p>Para iniciar a dinâmica proposta, começamos por realizar um <i>brainstorming</i>, sendo que para ser de melhor entendimento para as jovens, expusemos que a ideia era construir uma tempestade de ideias sobre o tema principal da sessão: o conflito. Para isso, foi colocada a seguinte questão “para ti, o conflito é algo bom ou mau?”, tendo sido pedido para que as jovens indicassem palavras/termos que associassem ao conceito de conflito. A tempestade de ideias foi realizada com dois novelos de lã que as jovens tinham à sua disposição: um de cor vermelha e outro de cor verde que ao passar de mão em mão originou uma teia. Foi explicado às jovens que a cor vermelha seria para quem percecionasse o conflito como algo mau (negativo) e a cor verde para quem percecionasse o conflito como algo bom (positivo). Após as duas primeiras jovens (Gaiata e Luana) terem segurado a ponta do fio (vermelho e verde respetivamente) e terem pronunciado a(s) palavra(s) que associavam ao conceito de conflito, foram atirando os rolos para quem partilhava da sua opinião e assim foi possível apurar a perceção das jovens sobre o conceito. Depois foi o momento em que discutimos as duas teias de lã que representaram os pensamentos das jovens sobre o tema. Assim, as palavras/termos/expressões que surgiram foram:</p>

	<p>“confusão” (Gaiata – cor vermelha); “o conflito pode trazer novas ideias” (Luana – cor verde); “porrada e chatices” (Fred – cor vermelha); “crise, problema e luta” (Núria – cor vermelha); “discussão” (Ariana – cor vermelha); “pessoas a magoarem-se” (Lili – cor vermelha); “oportunidade para mudar” (Sacaninha – cor verde); “desordem, guerra e não haver união entre as pessoas” (Pipoca Mendes – cor vermelha). Depois, pedimos uma voluntária ao grupo para escrever numa cartolina as ideias faladas, tendo-se a Ariana disponibilizado.</p> <p>Num segundo momento da sessão, visualizámos uma curta-metragem intitulada por “Ponte” (<i>Bridge</i>), seguindo-se um debate orientado a partir de algumas questões, como: “o que viram no vídeo? Acham que existiu algum conflito? Se sim, qual? Como foi resolvido?”. A Pipoca Mendes referiu que “era uma história de quatro animais que queriam atravessar uma ponte”, tendo a Luana exposto que “sim, houve conflito. Não conseguiam passar e acabaram por se chatear uns com os outros”. Para além disso, a Sacaninha referiu que “eu acho que o problema maior até esteve nos próprios animais, na maneira como eles foram uns para os outros” e a Lili acrescentou que “eu acho que eles optaram por se ajudar e unir e assim conseguiram resolver o problema”, tendo as restantes jovens concordado. Posteriormente a esse momento, pedimos para que as jovens construíssem uma nova teia pensando de novo no conceito de conflito, mas que refletissem também sobre o que era necessário para saber lidar da melhor forma com ele. Assim, desta vez com um novelo de lã branco, a primeira jovem teve de segurar a ponta do fio e lançar o rolo para outra colega à escolha, sendo que o fio foi passando por todas, formando-se uma teia com novas ideias: “para resolver conflitos é preciso saber conversar” (Lili); “é preciso saber aceitar as opiniões diferentes das nossas” (Sacaninha); “o respeito é muito importante” (Luana); “devemos ser amigos” (Fred); “é muito importante pensar antes de fazer qualquer coisa, mesmo que às vezes isso seja complicado” (Núria); “ainda não disseram, mas eu acho que saber ouvir o outro também é importante” (Ariana); “com</p>
--	---

	<p>boa vontade é possível resolver os problemas” (Gaiata); “as confusões podem servir para aprender com os outros” (Pipoca Mendes). Nesse seguimento, juntos elencámos outros aspetos positivos que os conflitos poderiam trazer para elas enquanto grupo, tendo surgido: provar a coesão do grupo; aprender coisas a respeito umas das outras; descobrir como é que umas e outras pensam e ainda, revelar os problemas que pudessem existir.</p> <p>O balanço, no final da sessão, foi bastante positivo, tendo as jovens referido que “achei muito interessante esta sessão” (Lili); “estava muito animada” (Luana); “quero mais sessões destas” (Fred). A atividade da teia foi considerada pelas jovens como interessante, “gira” e bastante pertinente, tendo-se ouvido que “acho que com as atividades que trazes dá para perceber que para ti todas as nossas opiniões são importantes” (Sacaninha); “sim, as teias fizeram com que todas participássemos” (Núria); “sim, sim, pois sem nós não havia cá teia” (Gaiata); “gostei, gostei muito, porque demos todas a nossa opinião” (Ariana); “eu senti-me integrada... o que muitas vezes não acontece aqui na CAR” (Fred); “gostei muito de ver a teia a surgir, foi giro” (Pipoca Mendes). Para além disso, acerca da curta metragem, a Luana expôs que “à medida que ia vendo o vídeo que nos mostraste ia pensando como é que eles iriam fazer para passar sem caírem”, demonstrando pensar sobre como poderia resolver aquele conflito em questão. A Ariana referiu que “os conflitos acabam por ser um pau de dois bicos... eu na primeira teia escolhi a cor vermelha, mas com o que se falou aqui agora sou capaz de ver os conflitos de outra forma, pois eles também podem ser bons e podem ser resolvidos”. A Núria acrescentou que “olha consegui perceber que a comunicação e a colaboração são mesmo aspetos muito importantes”, fazendo a ponte com questões já trabalhadas em sessões anteriores.</p> <p>Partilhámos com as jovens que como vimos numa primeira fase, a maioria associou o conflito a algo mau. Todavia, depois conseguiram trazer visões diferentes sobre o mesmo conceito, transmitindo-lhes que todas as ideias foram válidas e pertinentes.</p>
--	---

	<p>Depois, referindo-nos à curta metragem, atentámos que a mesma contribui para que elas pensassem o conceito de forma diferente, fazendo com que reconhecessem opções para evitar e solucionar conflitos. Para além disso, expusemos que a maneira como os conflitos eram vivenciados pelas pessoas era distinta e pertencia a elas entender os conflitos como uma oportunidade de crescimento ou não.</p> <p>A sessão terminou com a marcação da próxima sessão, tendo ficada agendada para dia 18 de abril.</p>
--	--

Sessão n.º7: “Pensamentos amigos e pensamentos inimigos: o poder da nossa mente”	
Local	Sala de aula da Instituição.
Data e hora	18 de abril de 2019; 15:00h-16:00h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Gaiata, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine.
Descrição	<p>A sétima sessão do domínio das competências pessoais e sociais teve lugar no dia 18/04/2018 pelas 15h, uma vez que antes as jovens tinham tido uma outra atividade. Esta sessão contou com a presença das 10 jovens. Inicialmente explicámos de uma forma sucinta que todos nós tínhamos a capacidade para pensar e que o poder da nossa mente era muito maior do que qualquer um de nós poderia imaginar. Depois, apresentamos a dinâmica que iríamos realizar, explicando em quê que iria consistir e expusemos os objetivos da sessão, tendo referido que juntos, nesta sessão, iríamos ter a oportunidade de falar sobre o pensamento, de identificar pensamentos que nos ajudavam (pensamentos amigos), bem como de pensamentos que nos deitassem abaixo, sendo capazes até de nos bloquear (pensamentos inimigos). Depois de garantirmos que todas tinham compreendido os objetivos, foi nesta fase que também demos uma indicação necessária para que a dinâmica decorresse com sucesso, tendo alertado o grupo para a importância de respeitarmos todas as opiniões que fossem surgindo ao longo da sessão. Após termos</p>

	<p>explicado a dinâmica, a Fred referiu não querer participar. Tentámos perceber o porquê, mas não a obrigamos.</p> <p>Para o arrancar da dinâmica, escrevemos no quadro a questão: o que são pensamentos? Sendo que foi pedido às jovens para que, sem falar, se fossem levantando uma a uma para escrever no quadro palavras ou expressões que para elas definissem, bem como associassem ao conceito. Assim, surgiram algumas ideias, como: “o que está na nossa cabeça” (Núria); “ideias” (Pipoca Mendes); “pensamentos acontecem a toda a hora” (Luana); “felicidade e tristeza” (Yasmine); “pensar em muita coisa e às vezes até ao mesmo tempo” (Sacaninha); “saudades” (Bandeirinha Júnior); “pensamentos que não controlamos” (Lili); “ pensar e acontece na nossa mente” (Ariana); “organização e ansiedade” (Gaiata).</p> <p>Num segundo momento, foi dito às jovens que era altura de pensarmos sobre os pensamentos que sentíamos que de alguma forma nos atrapalhavam, bem como sobre aqueles que sentíamos que nos ajudavam. Para isso, dividimos o quadro, traçando no seu meio uma linha de cima abaixo e escrevemos do lado direito “pensamentos negativos (maus)” e do lado esquerdo do quadro “pensamentos positivos (bons)”. Referimos que a intenção era juntos pensarmos acerca de pensamentos que já tínhamos tido ou pensamentos que costumávamos ter que nos deitavam abaixo e magoavam e, por outro lado, pensamentos que nos ajudavam a ter atitudes mais positivas perante as várias situações da vida. Para isso, pedimos duas voluntárias para que escrevessem as ideias do grupo nas duas colunas, sendo que as jovens foram dizendo expressões para se escrever em ambos os lados. A Ariana e a Gaiata foram as duas jovens que demonstraram logo maior interesse em escrever no quadro, tendo a Ariana ficado responsável por escrever os pensamentos menos bons e a Gaiata os pensamentos bons. Do lado direito referente aos pensamentos negativos (deitavam abaixo) surgiram: “não tenho paciência” (Lili); “muitas vezes não acredito em mim” (Yasmine); “tudo é mau” (Bandeirinha Júnior); “não tenho vontade nenhuma” (Fred); “nunca serei capaz” (Sacaninha); “não</p>
--	---

	<p>vale a pena tentar” (Luana); “detesto-me por isto ou por aquilo” (Núria); “sou um zero à esquerda algumas vezes” (Gaiata); “não vou conseguir” (Ariana); “vou desistir” (Pipoca Mendes). Pelo contrário, do lado esquerdo do quadro que era referente aos pensamentos positivos (ajudavam) estava escrito: “é difícil pensar em coisas boas..., mas eu sou uma pessoa corajosa” (Yasmine); “eu sou capaz... não vou desistir” (Luana); “eu sou responsável pela minha vida” (Núria); “sei lá, para mim por vezes é difícil ter pensamentos bons, mas posso dizer que o que me costuma ajudar é pensar que vou tentar sempre” (Bandeirinha Júnior); “sou capaz de superar os medos” (Pipoca Mendes); “não duvido das minhas capacidades. Deixo de lado o que não me faz feliz” (Fred); “eu sou boa, eu consigo” (Ariana); “eu sou forte, vou tentar de novo” (Lili); “vou tentar de outra maneira” (Sacaninha); “vou pedir ajuda quando não consigo” (Gaiata).</p> <p>No início desta sessão tínhamos dado conta do facto de a Fred ter transmitido que não queria participar, mas nesta parte da sessão, como se pode ver, ela acabou por participar e por se envolver com o restante grupo na tarefa. Vale a pena referir que os pensamentos trazidos pelas jovens não significavam que elas os estivessem a viver naquela altura, mas representavam pensamentos que costumavam invadir a sua mente, sendo que uns tinham o poder de as ajudar e outros tinham o poder de as fazer sentir desanimadas, “sem força para continuar”, como referiu a Luana, sendo uma opinião partilhada por todas.</p> <p>Na segunda parte da sessão, pedimos às jovens para que formassem um círculo em pé e focámo-nos na importância de conseguir ter pensamentos positivos face ao que experienciámos na vida, como estratégia para melhorar a qualidade de vida e que nos fizesse sentir melhor connosco mesmos. Assim, foi pedido para que à vez, cada uma das jovens partilhasse, falando diretamente para as colegas na primeira pessoa do singular, um conselho ou uma dica para se conseguir ter um pensamento mais positivo, ajudando-se mutuamente nesta tarefa de exercitar a mente a pensar no que é que</p>
--	--

	<p>as poderia ajudar a ter pensamentos bons. Ouviram-se conselhos e dicas como: “lembra-te de tudo o que já conseguiste até aqui” (Luana); “pensa nas tuas qualidades” (Sacaninha); “acredita que consegues atingir os teus objetivos” (Núria); “faz coisas que te façam sentir bem” (Pipoca Mendes); “relaxa” (Fred); “faz exercício físico” (Yasmine); “aproveita as coisas boas da vida” (Gaiata); “não te dês com pessoas negativas, isso apega-se” (Ariana); “vê o lado bom das coisas” (Bandeirinha Júnior); “tenta não sofrer” (Lili).</p> <p>Para finalizar a parte do desenvolvimento da dinâmica, tínhamos um saco preto que por fora tinha escrito “Uma mensagem para ti...”, onde no seu interior se encontravam 15 papéis com diversas frases relacionadas com motivação e pensamento positivo face à vida. Fomos para o centro do círculo e estando rodeados pelas jovens, pedimos para que cada uma delas, à vez, se dirigisse até nós e tirasse uma frase à sorte de dentro do saco e que depois voltasse à sua posição no círculo. Após todas terem tido a oportunidade de retirar do saco as pequenas mensagens, perguntámos se alguma delas gostaria de partilhar em voz alta a mensagem que tinham nas suas mãos, sendo que todas acabaram por referir que gostavam de ler. Desta forma, a Fred foi a primeira a ler “Nos dias menos bons que haja no teu coração a vontade para recomeçar”; seguindo-se da Gaiata que leu “Aconteça o que acontecer, amanhã é um novo dia e terás uma nova oportunidade”; a Ariana leu “O que tu tens de diferente é o que tu tens de mais bonito”; a mensagem que a Luana retirou do saco dizia “Acredita que és capaz”; a Yasmine leu “Que nunca te falte a esperança para acreditares em dias bons”. Para além dessas, outras frases foram lidas pelas restantes jovens em voz alta para o grande grupo: “Imagina uma história que desejas para a tua vida, luta e acredita nela” (Bandeirinha Júnior); “Não posso voltar atrás e mudar o que já aconteceu, mas há sempre novas oportunidades” (Núria); “Viver tem muito que se lhe diga, mas acredita em ti e no teu potencial” (Pipoca Mendes); “Novas portas se abrem, novos dias aparecem para tu brilhantes” (Sacaninha); “Alimenta a tua mente e o teu coração com boas energias” (Lili).</p>
--	---

	<p>No final da sessão, sentámo-nos e abrimos o momento de reflexão acerca do que se tinha vivenciado na sessão. A maior parte das jovens reconheceu o que foi dito pela Luana relativamente à questão que foi colocada no início da sessão “responder à primeira questão foi uma tarefa um pouco difícil, mas sinto que tentamos defini-la o melhor que conseguimos através do que sabíamos”. Para além disso, a Pipoca Mendes salientou que “o pensamento de uma pessoa é muito complicado, mas posso dizer que aprendi que me apercebi que se tivermos a capacidade de ter pensamentos bons isso ajudar-nos-á em todos os sentidos”. A Yasmine referiu que “os pensamentos são muito diferentes de pessoa para pessoa”. A Fred partilhou que “eu tinha dito que não queria participar, mas estava a vir-me à cabeça várias ideias e achei que tinha de as dizer e foi por isso que fui falando. Acabei por gostar muito da sessão”. A Núria referiu que “aprendi que ter pensamentos melhores me ajudará certamente em muitos momentos”. A Bandeirinha Júnior transmitiu que “gostei da sessão toda, mas a última atividade para mim foi a que me tocou mais. Gostei muito das frases, são todas muito giras”, tendo a Sacaninha acrescentado que “achei um gesto bonito todas quererem partilhar, pois para além dos conselhos que demos antes, todas nós conseguimos ouvir as mensagens que estavam nos papéis”. A Ariana aludiu que “todas as frases fizeram sentido para mim, mas foi interessante que mesmo tirando à sorte parece que a maior parte encaixou bem a cada uma de nós. Eu achei a minha frase muito especial”. A Lili, ainda sobre a última atividade expôs que “são frases que sabem bem ler em qualquer altura. Vou colá-la na parede do meu quarto”. A Gaiata realçou que “esta sessão fez-me pensar que pensamentos negativos é que eu costumo ter e fez-me ver o quanto eles podem deixar uma pessoa mais triste. Também consegui perceber que se tentarmos pensar em coisas boas isso poderá ajudar-nos”. Após as partilhas das jovens, concluímos que os pensamentos menos bons iriam sempre existir, mas que era possível e pertinente cultivarmos pensamentos positivos, tendo exposto ainda que inicialmente essa tarefa poderia parecer um pouco difícil, como foi</p>
--	--

	<p>espelhado por elas ao longo da sessão, mas que com o tempo, notaríamos que ao adotarmos posturas mais otimistas diante de desafios seria mais fácil atingirmos conquistas. Também partilhámos com o grupo que o pensar positivo poderia funcionar como um fator de motivação para a realização de projetos pessoais e que tinha a capacidade de fazer as pessoas se sentirem mais confiantes para enfrentarem as situações da vida.</p> <p>Esta sessão terminou com a marcação do encontro de grupo seguinte, que ficou agendado para dia 24 de abril.</p>
--	---

Sessão n.º8: “Hora de nos colocar no lugar do outro: a empatia”	
Local	Ala azul da Instituição.
Data e hora	24 de abril de 2019; 14:00h-15:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Luana, Núria, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine.
Descrição	<p>A oitava sessão do domínio das competências pessoais e sociais realizou-se no dia 24/04/2019 pelas 14h, tendo contado com a presença de 8 jovens. A Lili faltou porque teve uma consulta médica e a Gaiata após atingir a maioridade abandonou a CAR, não tendo já participado nesta sessão. Também nesta sessão, para facilitar a comunicação, foi pedido para que as jovens se sentassem nas cadeiras em círculo. Depois, explicámos que os objetivos deste nosso encontro se relacionavam com a introdução do conceito de empatia, a reflexão conjunta sobre a importância da empatia no relacionamento com os outros, o promover o debate de ideias, o desenvolver competências de relacionamento interpessoal e o fomentar uma aprendizagem/reflexão através da leitura e visualização de curta metragem. Após percebermos que todas as jovens tinham entendido os objetivos, demos por iniciada a fase de desenvolvimento da sessão.</p> <p>Assim, numa fase inicial, apesar de as jovens nos havia transmitido que já tinham ouvido falar do conceito e que tinham algumas luzes do que se tratava, trazendo expressões como: “é</p>

	<p>colocar-se no lugar do outro” (Luana); “é sentir o que o outro sente” (Núria); “é sentir a dor do outro” (Sacaninha), achámos fundamental começar por explicar de forma simples em quê que consistia a empatia, tendo referido que poderia ser definida como a capacidade que as pessoas têm para sentir o que sentiria uma outra pessoa caso estivesse na mesma situação vivenciada por ela. Também expusemos que consistia em tentar compreender sentimentos e emoções, procurando-se experimentar o que as outras pessoas sentiam.</p> <p>Para esta sessão, levámos connosco o livro intitulado por “Fera” da autora Brie Spangler (2017) e perguntámos se alguma delas conhecia o livro, se já o tinha visto em algum lado ou se até já o tinham lido, tendo apenas a Bandeirinha Júnior referido que “não, não li, mas já o cheguei a ver na biblioteca”. Perante o desconhecimento do livro por parte do grupo, questionei se a capa e o título lhes despertavam a atenção, tendo sido unânime que o livro tinha uma capa e um título apelativo, sendo que estiveram alguns minutos a apreciar as ilustrações do livro que passou de mão em mão. Depois, revelámos que o livro em questão abordava uma história sobre adolescentes e a empatia, tendo levado um resumo sobre a história, pedimos uma voluntária para lê-lo, sendo que duas das jovens se voluntariaram. Como não chegaram a um acordo, a Sacaninha deu uma ideia que foi aceite por todas e apoiada por nós, dado que revelou ser uma opinião consciente e justa: que a folha passasse de mão em mão e assim todas teriam a oportunidade de ler um pouco da história e assim foi.</p> <p>Uma vez que o resumo da história elaborado por nós foi o estímulo para a dinâmica que se seguiu, trazemo-lo para esta descrição:</p> <p style="padding-left: 40px;">A fera: uma história sobre adolescentes e empatia</p> <p>Dylan e Jamie eram como todos os outros adolescentes: preocupavam-se com o futuro, ficavam chateados com os pais e tinham medo de se sentirem sozinhos. Eles poderiam ser como qualquer outro casal adolescente, mas não eram. Não era porque</p>
--	--

	<p>Dylan era muito alto e muito peludo e Jamie era uma jovem transgênero. Na verdade, eles não eram como todos os outros adolescentes, porque nenhum adolescente é igual a outro. As pessoas são todas diferentes, passam por experiências diferentes, sentem a dor de formas diferentes e sofrem por motivos diferentes. Dylan e Jamie não nasceram a saber isso, mas com o passar do tempo, os dois acabam por entender que não era possível saber o que o outro estava a viver e que a melhor forma de lidar com as diferenças era ter empatia.</p> <p>Dylan não era uma fera de verdade, apesar de que era esse o seu apelido. Ele era apenas um jovem de 15 anos que era muito alto e muito peludo. Ele detestava ser alto e peludo, mas ele não podia fazer nada para parar o crescimento do seu corpo. Jamie também era uma jovem com 15 anos e tinha de lidar com vários problemas, assim como outras meninas de 15 anos: a escola, as paixões, a sociedade... mas Jamie também precisava de lidar com outros problemas, problemas esses que nem todas as jovens têm, uma vez que por ser transgénera ela também precisava de lidar com o medo, o preconceito e com as pessoas transfóbicas.</p> <p>Apesar de se sentirem diferentes de todos os outros adolescentes, ambos, assim como os outros jovens, precisavam de afirmar a sua identidade. É na adolescência que sentimos a necessidade de gritar para o mundo ouvir que não somos qualquer pessoa.</p> <p>No início a vida de Dylan não era das melhores. Ele não era o melhor aluno da turma, o que o deixava desconfortável e o seu melhor amigo JP namorava com todas as meninas, pelas quais o Dylan tinha interesse. Além disso, ele começou a suspeitar que JP era seu amigo por interesse e que por causa da sua altura e tamanho, o amigo usava-o como uma espécie de guarda-costas que o mantinha seguro para fazer negócios. Foi no começo do ano letivo que tudo piorou para Dylan: a escola passou a não permitir o uso de bonés e então ele foi forçado a cortar o cabelo e detestou o resultado. A rapariga que ele gostava só queria saber do JP e todos tinham medo da sua altura, do seu tamanho e dos seus pelos, sendo que até o seu</p>
--	---

	<p>melhor amigo o chamava de Fera. Sem saber muito bem o motivo, depois da escola, Dylan resolver subir ao telhado da sua casa para buscar a bola de futebol que tinha ficado lá presa e acaba por cair e magoou-se numa das pernas. No hospital, numa consulta de ortopedia, o profissional recomendou-lhe que frequentasse um grupo de pessoas que possuíam problemas de aceitação e que tinham tendência para se magoarem e é la que tudo muda, porque Jamie participava do mesmo grupo.</p> <p>Na primeira sessão do grupo, Jamie revelou os seus medos e angústias por ser uma menina transgénero, mas Dylan estava tão concentrado nos seus pensamentos que não ouviu os motivos que a levaram até lá e é assim que surge um dos principais conflitos, uma vez que ele se apaixona por ela sem saber que ela é uma jovem transgénero.</p> <p>Dylan não era perfeito, algumas vezes não tomava as decisões corretas e às vezes era muito chato. Para além disso, ele era egoísta, achava-se com frequência melhor que as outras pessoas e demorou muito tempo para perceber que as outras pessoas também sofriam e que as pessoas às vezes tinham problemas que iam além das aparências. Jamie tinha problemas e sofria como todos os adolescentes, afinal ela tinha apenas 15 anos e estava a aprender a viver no mundo, mas ela estava bem com ela mesma, com o seu corpo e com as suas decisões.</p> <p>Um dos momentos mais importantes do relacionamento entre eles foi quando ela lhe transmitiu que ele não precisava de ter vergonha. Através das suas fotografias, Jamie ensinou Dylan a ter uma relação mais saudável com ele mesmo e principalmente com o seu corpo que era grande, sim, mas isso não queria dizer que ele fosse feio.</p> <p>Após ouvirmos a história, foi importante perceber se todas tinham percebido o que tinha sido lido, bem como se surgiam dúvidas relacionadas com palavras usadas. Depois de termos esclarecido pequenas dúvidas, passámos à próxima tarefa, tendo</p>
--	--

	<p>pedido ao grupo que perante o que tinham ouvido e pensando nos seus conhecimentos, fossem respondendo a algumas questões de forma a que conseguíssemos conversar sobre a empatia: o que acham que é a empatia? O que já sabem? O que já ouviram? Que ideias vos vem à mente quando ouvem essa palavra? Acham que ela é importante? Se sim, porquê? Vale a pena referir que essas questões foram como guias para orientar a discussão e reflexão acerca do tema, sendo que as jovens se expressaram de forma livre. Desta forma, as jovens referiram: “do que sei a empatia é um sentimento que mantém as pessoas mais unidas” (Luana); “existe em relações verdadeiras” (Sacaninha); “em relações de amizade e amor” (Yasmine); “mas também pode acontecer com pessoas que não conhecemos, pois tem a ver com a ajuda aos outros” (Pipoca Mendes); “tem a ver com o ouvir os outros” (Ariana); “esforçarmos para compreender os problemas das outras pessoas” (Núria); “eu estou aqui a pensar... eu às vezes choro ou rio quando vejo filmes ou séries, também acho que pode ser empatia” (Bandeirinha Júnior); “não sei explicar bem, mas acho que o mundo seria um lugar melhor se as pessoas se conseguissem colocar no lugar dos outros” (Fred). Acerca da importância da empatia, as jovens trouxeram para a discussão ideias como: “é possível compreender melhor os pensamentos das outras pessoas” (Núria); “e os sentimentos” (Luana); “acho que melhora a comunicação entre as pessoas” (Ariana), tendo acrescentado que “quando conseguimos compreender como é que os outros veem o mundo, compreendemos melhor as ideias que eles nos querem transmitir”. A Sacaninha expôs que “eu acho que esse sentimento melhora as relações entre as pessoas”. As restantes jovens afirmaram não ter nada a acrescentar, referindo que concordavam com as ideias que já tinham sido trazidas.</p> <p>Na segunda parte da sessão, realizámos uma dinâmica, onde o grupo teve a oportunidade de expor situações individuais relacionadas com dificuldades que encontrassem ou já tivessem vivenciado ou ainda vivenciassem no relacionamento interpessoal e</p>
--	--

	<p>que não se sentiam confortáveis de expor oralmente. Para isso, distribuimos uma folha de papel por cada jovem e pedimos para que elas se espalhassem pelo espaço para escrever. Depois, pedimos às jovens para voltarem a sentar-se em círculo, recolhemos os papéis e pusemo-los no centro do grupo, baralhando-os. As jovens foram uma a uma ao centro pegar um papel e tiveram de assumir o problema escrito como se fosse um problema seu. As várias situações foram lidas em voz alta e as jovens foram exprimindo como se sentiram naquela situação e que soluções poderiam existir. Assim, as situações lidas foram: “Muitas das vezes ignoram-me, sinto-me como se fosse uma parede”; “Algumas vezes sinto dificuldade nas relações porque sou agressiva”; “Comecei a ver que me faltavam algumas coisas, dinheiro, calças, guarda-chuvas. Perguntei se tinham visto, mas sempre me disseram que não. Nunca aponte o dedo a ninguém, mas não têm nada de mexer nas minhas coisas”; “Quando me mudaram de quarto eu insultei muito a rapariga, dizendo-lhe: sempre me disseram para não falar para estranhos, eu não quero essa ... no meu quarto”; “Sinto-me de parte algumas vezes”; “Falámos muito alto e insultamo-nos uma à outra”; “Fazem fofocas sobre mim”; “Por vezes acho difícil manter uma conversa”.</p> <p>Após todas as leituras, realizámos algumas questões ao grupo, tais como: “compreenderam o teu problema? Como te sentiste ao ver o teu problema descrito? Compreendes os problemas dos outros? Como te sentiste em relação ao grupo? Como pensam que ela se sentiu quando lhe disseram aquilo? Como se sentiriam se fosse convosco? Imaginem que estavam no lugar dela, que conselhos dariam?”. Essas questões foram lançadas para o centro do grupo, com o intuito de se colocarem no lugar umas das outras e, assim, compreenderem o que as colegas poderiam pensar ou sentir face às diversas situações.</p> <p>Para complementar e enriquecer esta discussão em grupo apresentou-se uma curta-metragem sobre empatia denominada “O Poder da Empatia”, sendo que a pedido das jovens visualizámo-la duas vezes. Depois, pedimos para que as jovens ao pensar nas</p>
--	---

	<p>situações trazidas pelas colegas e ao pensar no que viram no vídeo, enumerassem alguns aspetos que considerassem importantes para criarmos um olhar mais atento sobre os outros. Assim, a Ariana referiu que “eu vou falar outra vez do ouvir, pois acho mesmo importante”; a Núria expôs “também acho que o olhar, o observar as pessoas é importante, pois só conseguimos perceber o que está à nossa volta se olharmos para as pessoas e para as situações”; a Luana transmitiu que era fundamental dar espaço e tempo às pessoas, tendo referido que “as pessoas podem precisar de ajuda, mas também acho importante elas terem o seu tempo e espaço. Às vezes as pessoas não precisam de palavras, mas sim que estejamos só ao lado dela”. A Sacaninha partilhou que “eu acho que é importante a imaginação, para tentarmos perceber como é que a pessoa se sentiu em determinado momento” e a Yasmine acrescentou que “eu acho que acima de tudo é importante ser um suporte, um apoio para as pessoas”, tendo as restantes jovens concordando com o que foi expresso.</p> <p>Ao longo da sessão, foi fundamental estarmos atentos ao grupo e percebemos que as jovens revelaram maior capacidade para se ouvir e respeitar as opiniões umas das outras.</p> <p>Por fim, o balanço da sessão foi positivo, tendo as jovens referido que “achei original trazeres o livro e um resumo para lermos” (Ariana); “fiquei com curiosidade em relação ao livro” (Bandeirinha Júnior); “sim, o livro parece muito interessante” (Luana); “achei que com a história conseguimos falar sobre algumas coisas da empatia e percebi que temos de respeitar as pessoas como elas são, que o importante é deixar que as pessoas sejam felizes” (Sacaninha). Para além disso, a Yasmine partilhou uma ideia que foi partilhada pelo restante grupo, tendo referido que “aprendi que esse sentimento pode ser muito importante para compreendermos as dificuldades das pessoas com quem convivemos e vivemos... pode ajudar a diminuir e, até, evitar conflitos”, tendo a Fred acrescentado que “por vezes era tão mais simples se tentássemos perceber que problemas os outros estão a enfrentar”. Relativamente à segunda parte da</p>
--	--

	<p>sessão, a Sacaninha ainda compartilhou que “os problemas apresentados e dificuldades apresentados por elas não eram meus, mas podiam ser e dei por mim a pensar como é que eu me sentiria se fosse elas”, tendo a Luana acrescentado que para ela o potencial desse exercício foi mesmo esse “levou-me a pensar nos outros e a perceber que não só sou eu que tenho problemas e que os problemas dos outros podem ser bem maiores do que os meus e as pessoas podem estar a sofrer com determinadas atitudes ou gestos que por vezes nem nos apercebemos”. Sobre a curta metragem, a Bandeirinha Júnior referiu que “o vídeo não era grande o que me ajudou a estar atenta o tempo todo”, tendo a Luana referido que “como se costuma dizer, eu vidrei no vídeo, adorei”. Para além disso, as jovens transmitiram que além de terem considerado o vídeo apelativo, acharam que conseguiu passar mensagens importantes relacionadas com a empatia. Todavia, importa destacar que as jovens em alguns momentos da sessão foram demonstrando níveis diferentes de dificuldade em colocar-se no lugar das outras pessoas. Apesar disso, reconheceram que a sessão possibilitou uma reflexão sobre várias questões que, como disse a Sacaninha “são muito importantes para as nossas vidas”, tendo sido uma opinião partilhada por todas.</p> <p>Após a reflexão do grupo, partilhámos que a nossa intenção foi mesmo provocar o grupo para se colocar no lugar dos outros, tentando alcançar a forma como cada uma via e sentia os problemas. Expusemos que a promoção do diálogo permitiu perceber que por vezes existia a dificuldade em nos colocarmos no lugar do outro, mas que essa dificuldade poderia diminuir com investimento constante, se nos perguntássemos: o que é que ele pode estar a sentir ou a pensar? O que sentiria ou pensaria eu se estivesse a viver aquilo?. Nesse seguimento, refletimos que era primordial entendermos o ponto de vista do outro e que se tivéssemos empatia era possível relacionarmo-nos melhor com os outros, já que ela abrange o amor e interesse pelo próximo.</p>
--	---

	A sessão findou com a marcação da sessão seguinte, que ficou agendada para o próximo dia 2 de maio, sendo que referimos que seria ainda em torno das questões relacionadas com a empatia.
--	---

Sessão n.º9: “Clima de empatia: jogar com as cores”	
Local	Ala azul da Instituição.
Data e hora	2 de maio de 2019; 14:00h-15:00h.
Presenças	Jovens – Ariana, Fred, Luana, Núria, Pipoca Mendes e Sacaninha.
Descrição	<p>A nona sessão realizou-se no dia 02/05/2019 pelas 14h, tendo contado com a presença de 6 jovens (a Bandeirinha Júnior, a Lili e a Yasmine, por motivos pessoais, não conseguiram estar presentes na sessão). Pedimos às jovens para se sentarem em círculo e começámos por explicar que esta sessão tinha como objetivos: inspirar o sentimento de empatia e a integração entre o grupo, estimular a boa convivência no ambiente da instituição, promover a identificação pessoal, identificar os sentimentos e partilhá-los com o grupo. Depois, questionámos se já tinham ouvi falar que as cores tinham significados, sendo que as jovens referiram que “sim, já ouvi isso” (Fred); “as cores têm a capacidade de transmitir muita coisa” (Ariana); “podem fazer com que uma pessoa se sinta alegre ou triste” (Luana); “têm um grande poder e algumas delas são associadas a determinadas coisas ou situações”. Perante isso, a Núria perguntou se podiam partilhar o que sabiam acerca das cores, tendo sido uma ideia considerada por todas como engraçada e interessante, possibilitámos. Assim, como para o desenvolvimento da sessão tínhamos levado connosco lápis de cores, aleatoriamente fomos levantando um lápis de cor e elas foram dizendo o que sabiam da cor em questão, o que lhes transmitia, bem como o que atribuíam às diferentes cores. Assim, a cor amarela foi a primeira, tendo surgido: “calor” (Ariana); “stress” (Fred); “energia” (Pipoca Mendes); “alegria” (Luana); “energia” (Núria); “desconcentração” (Sacaninha). Da cor azul exprimiram: “tranquilidade” (Luana); “confiança” (Ariana); “solidão” (Sacaninha) “calma” (Fred);</p>

	<p>“saudades” (Núria); “harmonia” (Pipoca Mendes). Relativamente à cor preta referiram: “poder” (Núria); “mistério” (Luana); “morte” (Fred); “luxo” (Ariana); “maldade” (Sacaninha); “tristeza” (Pipoca Mendes). Sobre a cor rosa, expressaram: “beleza” (Ariana); “ternura” (Luana); “amor” (Sacaninha); “inocência” (Fred); “delicadeza” (Pipoca Mendes); “fraqueza” (Núria). Acerca do vermelho verbalizaram: “violência” (Sacaninha); “paixão” (Luana); “raiva” (Núria); “atenção” (Fred); “desafio” (Pipoca Mendes); “perigo” (Ariana). Quando levantámos a cor laranja surgiram palavras como: “criatividade” (Luana); “sucesso” (Pipoca Mendes); “diversão” (Núria); “lentidão” (Ariana); “simpatia” (Sacaninha); “coragem” (Fred). A cor branca para o grupo representava “paz” (Sacaninha); “bondade” (Luana); “esperança” (Núria); “luz” (Fred); “indiferença” (Pipoca Mendes); “limpeza” (Ariana). Para o verde, trouxeram ideias como: “saúde” (Fred); “inveja” (Ariana); “esperança” (Luana); “natureza” (Sacaninha); “crescimento” (Núria); “energia” (Pipoca Mendes). Sobre a cor roxa, expressaram: “magia” (Luana); “tristeza” (Fred); “transformação” (Sacaninha); “mau humor” (Ariana); “mistério” (Pipoca Mendes); “sabedoria” (Núria). Podemos salientar o facto de as jovens associarem a mesma cor a situações boas e más, realçando-se que uma mesma cor tinha vários significados para cada uma delas.</p> <p>Após esse momento, pedimos para que durante 5 minutos as jovens se colocassem confortáveis e que se concentrassem, fechando os olhos e que procurassem, dentro de si, associar o que estavam a sentir a uma cor, de forma a que procurarem uma interiorização e uma conscientização acerca dos próprios sentimentos no momento. Decorridos os 5 minutos, as jovens abriram os olhos e pedimos para que cada uma delas, em silêncio, pegasse um dos cartões brancos que estava a ser distribuído por nós e que os pintassem da cor que associavam ao sentimento que estavam a ter e que escrevessem palavra(s) relacionadas também com o que estavam a sentir, usando os lápis de cor que estavam disponíveis para elas usarem. Quando todas as jovens demonstraram que já tinham terminado foi o</p>
--	---

	<p>momento de nos sentarmos de novo em círculo, onde cada uma partilhou a relações entre a escolha da cor e o sentimento, bem como o significado do que estava a mostrar ao grupo, sendo que este momento durou aproximadamente 20 minutos.</p> <p>A Luana pintou o cartão de verde e no cartão tinha escrito as palavras “esperança”, “recomeço” e “crescimento”, tendo partilhado com o grupo que “as três palavras que escrevi têm a ver com o meu percurso na CAR e como eu o vejo neste momento. Escrevi esperança porque agora acredito muito que vou conseguir sair daqui. Nem sempre acreditei nisso e hoje em dia acredito com tudo o que tenho nisso e ter esperança faz-me sentir mais feliz, faz-me ter mais paciência para enfrentar os problemas e faz-me querer mudar a minha vida para melhor. Escrevi recomeço pois é mesmo isso que a casa representa para mim, para a minha vida. Crescimento porque sinto que cresci muito e continuo a crescer com as oportunidades que estou a ter aqui”. A Sacaninha pintou o cartão de rosa e escreveu a palavra “amor”, tendo referido que “eu escrevi amor porque é isso que sinto a toda a hora pela pessoa que tenho lá fora. Eu estou aqui, mas meus pensamentos e coração estão lá fora com o meu namorado. E se eu dei a oportunidade a mim mesma de estar aqui foi graças a ele. Essa palavra sempre fez sentido para mim, pois as pessoas não são nada sem o amor e a nossa vida ganha mais sentido com esse sentimento”. A Pipoca Mendes pintou o cartão de amarelo e tinha escrito as palavras “energia”, “otimismo” e “foco”, tendo transmitido ao grupo que “bem, eu escolhi energia porque sinto que é isso que me faz sentir com força para continuar o meu caminho aqui. Acredito que a minha vida assim como a de todas nós é rodeada por diferentes energias e é isso que nos faz superar problemas e procurar ser e estar melhor uns com os outros. Otimismo... nem sempre é fácil, mas ter essa atitude ajuda-me a manter a energia para enfrentar cada batalha que me vai aparecendo. Foco porque desde que entrei aqui tenho em mente conseguir sair daqui uma pessoa melhor”. A Ariana pintou o seu cartão de azul e tinha escrito a palavra “confiança”, tendo referido que “demonstro-me uma pessoa</p>
--	--

	<p>confiança e com classe, mas nem sempre é fácil. Mas o que penso é que se eu não gostar de mim e não fizer por mim ninguém o fará. Escolhi confiança pois mesmo que por vezes eu duvide de mim, eu tento ter sempre confiança nos meus pontos fortes que me ajudam a ter coragem para viver”. A Fred pintou o seu cartão de preto e escreveu a palavra “medo”, tendo partilhado que “sinto medo do que tenho de viver aqui e lá fora... pois não sei o que me espera. Sei que aqui dentro não tem sido fácil, muito também por minha culpa, mas pronto, medo foi o que eu escolhi trazer para aqui hoje”. Por fim, a Núria pintou o cartão de vermelho e escreveu as palavras “raiva”, “perigo” e “força”, tendo referido que “escolhi raiva porque é o que estou a sentir...quando fechei os olhos o que me veio à cabeça foi o conflito que tive hoje com uma das meninas aqui dentro. Perigo porque sei que quando o ambiente não está muito bom, podem acontecer coisas más que nos prejudicam e magoam, pois nós somos assim... perigo também da minha parte para com elas e para com os profissionais, pois quando não estou bem descarrego nas pessoas que estão comigo. Mas também escrevi força porque é isso que me dá coragem de seguir em frente sem desistir”.</p> <p>Depois de terem realizado essa partilha, lançamos algumas questões para irem refletindo, como: “já se sentiram ou sentem-se como as vossas colegas? O que elas partilharam faz sentido para vocês?” e agradecemos as partilhas de todas. Nesse seguimento, perguntámos se alguma delas gostaria de oferecer o seu cartão a alguma das outras colegas, sendo que a Luana ofereceu o seu à Núria, tendo referido que “gostava de te dar o meu porque eu acho que estás cansada de algumas situações que aqui se passam, como todas nós, mas eu acho que te falta um pouco de esperança”. A Ariana dirigindo-se para a Sacaninha referiu “tudo o que disseste fez sentido para mim, mas por vezes gostava que estivesses mais cá não só de corpo, mas de alma. Eu acredito muito em ti, tenho confiança em ti e tu também devias de confiar em ti e no que és capaz de fazer por ti”. A Pipoca Mendes deu o seu cartão à Fred e transmitiu-lhe que “sei que não é fácil, não é para ninguém. Sei também que relação</p>
--	---

	<p>entre ti e nós não é a melhor, mas também sei que depende muito de nós fazer com que isso mude. Ofereço-te o meu porque não quero que tenhas medo, mas sim que tenhas energia, otimismo e foco, as palavras que escrevi e espero que consigas ver sempre uma luzinha ao fundo do túnel”.</p> <p>Depois, pedimos para que o grupo de entre as palavras que tinham sido escritas por elas nos cartões que escolhessem uma palavra consensual que caracterizasse o momento do grupo, sendo que escolheram o cartão rosa e a palavra “amor”, referido que “neste exercício senti carinho e compreensão por parte delas” (Fred); “acho que todas nos ouvimos com atenção” (Pipoca Mendes); “neste momento sinto o grupo unido” (Luana); “parece que conseguimos sentir o que estávamos a dizer umas às outras” (Sacaninha); “este momento foi bom para falarmos à vontade sobre o que pensávamos e sentíamos” (Núria), tendo a Ariana referido que concordou com tudo o que as colegas disseram, não tendo mais nada a acrescentar. Para terminar esta parte, o grupo permaneceu em forma de círculo e pedimos para que cada uma unisse uma das mãos, de modo que todas ficassem sobrepostas (uma sobre a outra) e esticadas para cima e todos gritámos, juntos, a palavra “amor” em forma de grito de guerra, visto ter sido a palavra escolhida pelo grupo.</p> <p>Ao longo desses momentos que descrevemos anteriormente, foi crucial estarmos atentos ao grupo de modo a compreender como é que cada participante se encontrava a realizar as tarefas e a interagir com o grupo. Assim, apercebemo-nos de que quando pedimos para se concentrassem e fechassem os olhos, algumas das jovens permaneceram sentadas e outras acabaram por se deitar, sendo que nós permitimos que o grupo se sentisse relaxado e confortável, pois seria importante para o sucesso da sessão. Para além disso, o facto de termos estado atentos a cada uma das participantes, permitiu-nos ter um olhar mais atento a dificuldades que elas pudessem estar a sentir, como foi o exemplo da dificuldade em manter os olhos fechados. Apercebemo-nos de forma mais notória que a Ariana tinha essa particularidade e dirigimo-nos até ela e dissemos que não tinha</p>
--	--

	<p>mal nenhum, que poderia permanecer com os olhos abertos, participando igualmente dessa forma.</p> <p>Seguiram-se os comentários acerca da vivência desta sessão, sendo que as jovens referiram que tinha corrido bem. Demonstraram que tinham gostado da sessão e transmitiram algumas das aprendizagens, referindo que “foi pena estarmos menos, pois seria ainda mais giro se estivéssemos mais, mas foi bom na mesma. Eu gostei mesmo muito” (Ariana); “a atividade das cores foi muito original. Gostei de tudo” (Luana); “deu para perceber que às vezes as pessoas não estão assim tão bem quanto parece e que nós devemos tentar sempre perceber quando a pessoa não está bem” (Pipoca Mendes); “todas nós temos todo o tipo de sentimentos. Nuns dias sentimo-nos melhor que outros e é importante termos pessoas que nos ajudem a ficar melhor. Esta sessão hoje ajudou-me imenso. Obrigada” (Núria); “foi bom ouvir que acreditam em mim e que gostavam que eu fosse mais presente” (Sacaninha); “só quero dizer obrigada, a ti por teres trazido isto para fazeres connosco e a vocês por hoje me terem feito fazer sentir melhor” (Fred). Para além disso, a Luana partilhou ainda que “oferecemos os cartões a quem oferecemos, mas acho que todos eles faziam sentido para todas nós. Gostei mesmo muito do momento da partilha das palavras” e a Núria salientou que “não sei se acontece mesmo, mas sinto que tenho mais facilidade em perceber os outros ou pelo menos que consigo ouvi-los sem começar logo a disparatar”. A par disso, refletimos que à semelhança do que percebemos também na sessão anterior, desenvolver a empatia e aprender a entender os sentimentos e emoções das outras pessoas era uma forma de aprender a (con)viver melhor. Indo mais longe, deixámos uma dica às jovens relacionada com sempre que elas se deparassem com diferentes situações no dia a dia que lhes causasse algum sentimento menos bom, que pensassem numa cor mais alegre e se sentissem à vontade para partilhar com alguma colega ou profissional o que estavam a pensar e a sentir, de modo a não sentir que estavam sozinhas e fomentar a sinergia e a conexão entre eles.</p>
--	---

	A sessão concluiu com a marcação do próximo encontro, que ficou agendado para dia 8 de maio.
--	--

Sessão n.º10: “Viagem pelo tempo: o meu presente e o meu futuro”	
Local	Ala azul da Instituição.
Data e hora	8 de maio de 2019; 14:00h-15:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Lili, Luana, Núria, Sacaninha e Yasmine.
Descrição	<p>A décima sessão ocorreu no dia 08/05/2019 pelas 14h, tendo contado com a presença de 8 jovens, uma vez que a Pipoca Mendes não conseguiu estar presente. Primeiramente transmitimos às jovens que a sessão iria ter como objetivos refletir acerca do presente, estimular a visão de futuro, ponderar sobre as ações que tínhamos no quotidiano, favorecer a desinibição e o relacionamento interpessoal e despertar a criatividade. Com esta sessão pretendeu-se também desenvolver a capacidade de escuta, na medida em que as opiniões de todas foram ouvidas, o que também promoveu o auto e heteroconhecimento sobre a diferença de perspetivas de vida. Para além desses, se por um lado uma das metas da dinâmica era alcançar a empatia, dado que após o grupo ouvir-se de verdade, cada um dos seus membros poderia construir passos que fossem mais pautados de solidariedade no dia a dia institucional, alargando para outros campos da vida. Por outro, tentou-se que toda a sessão se constituísse como um exercício de autorreflexão, pensando-se em rotas para a realização de objetivos, desejos e sonhos para o futuro. Nesse seguimento, foi fundamental percebermos se o grupo tinha compreendido os objetivos e demos a indicação que era importante que todas respeitassem o espaço umas das outras, bem como todas as opiniões que poderiam surgir ao longo deste nosso encontro.</p> <p>Inicialmente foi pedido às jovens que se espalhassem pelo espaço sentadas e depois distribuímos uma cartolina branca de tamanho A4 por cada uma das jovens, lápis de carvão, lápis de cor, lápis de cera e marcadores solicitando que representassem através de desenho o</p>

	<p>momento que estavam a viver, compondo um retrato intitulado “O meu presente”. Após todas terem terminado, distribuámos de novo outra cartolina igual, pedindo que dessa vez compusessem a representação do futuro, olhando para o tempo presente, imaginassem e pensassem o que gostariam para elas no futuro, sendo que a esta ilustração cada uma deveria de chamar “O meu futuro”. Esta tarefa, respeitando o tempo e ritmo do grupo demorou aproximadamente 40 minutos.</p> <p>O próximo passo consistiu em sentarmo-nos em círculo e perguntámos se gostariam de apresentar os seus desenhos pela ordem “O meu presente” seguido do “O meu futuro”, explicando os significados ao grupo. Num primeiro momento, as jovens demonstraram-se retraídas, sendo que referimos que só partilhariam se quisessem e o que quisessem. Contudo, após a partilha espontânea da Yasmine, acabaram todas por transmitir o que cada uma das suas ilustrações representava para elas. Assim, a Yasmine na sua ilustração para retratar o seu presente desenhou umas mãos atadas com uma corda e referiu que “sei que isto não está muito bem desenhado, mas o que quero dizer é que as coisas que fiz no passado, antes de vir para aqui, prendem-me no presente. Ou seja, as coisas que fiz, tenha sido tudo culpa minha ou não, foi o que me trouxe para aqui e tenho de viver com isso, tentando todos os dias me sentir cada vez menos presa. Com este desenho também quero dar a entender-vos o cansaço que tenho por estar aqui”; no seu desenho intitulado “O meu futuro” tinha desenhado uma linha preta com pegadas de várias cores, partilhando que “isto são passos e desenhei de várias cores, pois é mesmo isso que eu sinto, às vezes aqui tudo parece mau, mas também tem vezes que é bom. Neste momento só penso em passar de fase e sei que tenho de dar passos até conseguir”. A Luana no desenho do presente tinha um retrato da sua família, incluindo o namorado, tendo referido que “quis mostrar que eu agora tenho andado melhor, pois já não passo tanto tempo aqui dentro. Estar com a minha família faz-me bem”; na cartolina do futuro desenhou uma porta aberta, tendo referido que “o que desejo</p>
--	--

	<p>para o meu futuro é sair daqui. Sei e sinto o quanto estar aqui me fez uma pessoa melhor, mas o que quero é ter a porta aberta para sair e quem sabe voltar a entrar uns dias mais tarde para vir matar saudades. Desenhei a porta porque significa a passagem que eu tanto quero, pois, entrar por aquela porta (da CAR) significa muita coisa. Mas eu quero que agora essa porta signifique uma nova etapa da minha vida: voltar para os meus, que representará uma vitória”. A Núria na cartolina do presente desenhou uma carinha que expressava estar chateada, referindo que “escolhi fazer este desenho porque normalmente são mais os dias que estou chateada e enervada por vários motivos. Não gosto de estar assim, ninguém gosta, mas é muito difícil de controlar”; na sua ilustração do futuro tinha desenhado um saco com o símbolo do dinheiro, referindo que “podia ter desenhado muita coisa, porque acho que todas nós desejamos muita coisa para o futuro, mas escolhi desenhar algo relacionado com dinheiro. Sei que todos nós damos ao dinheiro significados diferentes, pois temos prioridades diferentes, mas o que mais quero agora é conseguir arranjar um trabalho, ter dinheiro e tirar a carta. Quero muito ser independente, controlar a minha vida e sentir que não preciso de ninguém para conseguir o que quero”. A Bandeirinha Júnior na sua ilustração para retratar o seu presente desenhou uma flor cor de rosa, partilhando que “tenho tido dias maus, como toda a gente, mas também tenho tido dias muitos bons. Como nos foi pedido para desenhar hoje, hoje eu desenhei uma rosa pois tenho tentado demonstrar o amor, o respeito e o quanto admiro os profissionais”; quanto ao desenho do futuro, tinha na sua cartolina um grande ponto de interrogação verde, referindo que “primeiro porque acho que a vida é realmente uma incógnita, mas para mim nunca fez tanto sentido. Como estou quase a sair daqui não sei o que me espera. Só sei que vou para outra instituição, mas será tudo novo. Eu aqui já conhecia o lugar e as pessoas. Vai ser começar tudo do zero. Mas escolhi a cor verde porque quero muito sair, acreditar que será o melhor para mim e que me fará crescer ainda mais”. A Sacaninha para representar o presente desenhou na cartolina branca</p>
--	--

	<p>uma pessoa a subir degraus, referindo que era ela própria, tendo partilhado que “bem... se bem se lembram no início não foi fácil para mim entrar aqui, mas fui adaptando-me e até consegui estar mais ao menos e tirar muito boas notas. O problema é que eu nunca me senti realmente bem, o que eu fazia era apenas para conseguir notas para receber visitas ou conseguir telefonar. Isso é tão verdade que agora parece que cheguei ao meu limite e já não estou a conseguir ser a mesma e o exemplo que até aqui fui para elas. Não tem a ver com os adultos ou com vocês, tem a ver comigo e com o deixo lá fora. Desenhei a escada porque isto tem sido uma experiência de altos e baixos”; na cartolina do futuro desenhou um coração e dois bonecos a agarrar o coração, tentando segurar as mãos um do outro, referindo que “tentei desenhar um desenho que vi na internet há muito tempo e que para mim faz todo o sentido. Sou eu o meu namorado unidos para que tudo resulte, mas há sempre problemas e desconfianças. É complicado uma relação à distância. Confiamos um no outro e isso é muito importante, mas o que mais imagino para o meu futuro sou eu do lado dele”. A Ariana na cartolina do presente desenhou materiais de limpeza (vassoura, esfregona e panos), roupa espalhada e um símbolo de nota musical, expressando que “podia ter desenhado muita coisa, mas escolhi desenhar o que me faz sentir mais calma no dia a dia... desenhei estes objetos, a roupa e este símbolo que representa a música. Sempre gostei muito de limpezas e mais do que gostar, aqui dentro apercebo-me o quanto é que isso me dá paz interior e equilíbrio para enfrentar os problemas que temos aqui umas com as outras, principalmente. Desenhei a roupa porque sinto que no presente outra coisa que me faz bem é dobrar a roupa e arrumá-la. A música porque sempre fez parte da minha vida e porque me acalma. Aqui dentro tem o poder de me fazer relaxar, pois eu ao cantar ou ao dançar distraio-me dos problemas”; na cartolina do futuro desenhou uma casa, o pai e o irmão, expondo que “é o que mais quero. Sair daqui e estar com eles sem ter de dar explicações”. A Fred na sua ilustração para retratar o seu presente desenhou uma situação onde estava um boneco no canto da folha e</p>
--	---

	<p>outros 5 bonecos estavam próximos, mas distantes do outro boneco, tendo referido que “bem... é isso que sinto muitas vezes. Sinto-me sozinha. Não é que eu me importe, pois eu não preciso de ninguém, mas resolvi trazer o meu presente assim. Sei que todas nós somos culpadas por eu estar e me sentir assim”; na cartolina do futuro desenhou espécie de uma estrada de um lado da folha até ao outro lado, tendo transmitido que “foi o que sempre disse. Sei que é um caminho longo que me falta e não sei o que me vai aparecer mais pelo caminho. Mas queria muito que no fim da estrada tivessem coisas boas à minha espera”. Por último, a Lili na cartolina do presente desenhou um sol, tendo transmitido que “tenho-me sentido melhor porque já posso dizer que vejo a luz do dia. Desenhei o sol porque apesar de ser na mesma complicado, as coisas parecem ser mais suportáveis e hoje em dia já consigo ver luz e sinto-me com força para continuar”; na cartolina do futuro desenhou duas pessoas a abraçarem-se, referindo que “sou eu e a minha mãe. Como já disse não consigo perceber como é que acham bom tirarem-nos das nossas famílias quem tem claro... desenhei isso porque quero muito fazer isto tudo e voltar para casa”.</p> <p>Quando terminaram agradecemos todas as partilhas. Num outro momento, pedimos para que as jovens se levantassem e que colassem os seus desenhos nas paredes com a fita cola disponível, mantendo entre “O meu presente” e “O meu futuro” a distância que representasse a separação que consideravam que existia entre o momento atual e o que almejavam alcançar. À exceção da Bandeirinha Júnior e da Luana, todas as outras delinearam uma grande distância entre as ilustrações. Depois demos sensivelmente 5 minutos para elas pensarem no que poderiam fazer, no que estava ao alcance delas para que a meta fosse sentida como menos longínqua possível, tendo sido este um exercício realizado apenas na mente de cada uma delas, não sendo partilhado em voz alta. Os desenhos não foram recolhidos por nós, as jovens ficaram com eles.</p> <p>No final da sessão, foi a altura em que refletimos sobre como tinha decorrido a sessão e sobre o que ela significou para o grupo. Para</p>
--	--

	<p> isso, pedimos para que o grupo se tornasse a colocar novamente em círculo e incentivámos a participação de todas na reflexão. Foi importante que todas se sentissem livres para expressar o que acharam da sessão, incluindo dificuldades sentidas. As jovens evidenciaram que sentiram mais dificuldade em representar e falar acerca do seu presente, visto que “é uma realidade que nenhuma de nós escolheria viver” (Luana), tendo a Núria acrescentado que “sabermos que só é para nosso bem, mas é complicado pensarmos no que sentimos nesta etapa da nossa vida”. No entanto, realça-se o facto de terem considerado a sessão positiva: “apesar de ter sentido dificuldade como elas, gostei muito da sessão” (Bandeirinha Júnior); “eu achei importante para pensarmos que está muita coisa nas nossas mãos para que o caminho seja mais fácil” (Fred); “deu para pensar no meu passado, presente e futuro. O que já fui e como é que estou agora, diferente. Penso de maneira diferente sobre esta minha experiência” (Yasmine); “pensar no presente pode fazer-me sentir enervada, mas esta sessão foi boa para mim porque me ajudou a pensar em muitas coisas” (Ariana); “ajudou-me a perceber que o que mais quero é conseguir atingir os meus objetivos” (Lili); “aprendi que todas somos capazes de transmitir o que queremos, de uma maneira ou outra e que podemos sempre escolher maneiras mais adequadas para o fazer sem ser à base de gritos ou insultos” (Sacaninha). Para além disso, a Yasmine referiu que “não tenho jeito para desenhar, mas depois de explicar sinto que perceberam o que quis dizer”, tendo a Luana expressado que “temos aqui muitas artistas”. A Sacaninha partilhou que “o que eu mais gostei foi quando colocamos os desenhos nas paredes”, tendo a Fred dito “parecia uma exposição e foi muito giro na verdade”. A Núria ainda transmitiu que “esta sessão fez-me ver o quanto é importante pensarmos no presente e o que fazemos para alcançar o que desejamos, os nossos sonhos”. Outras partilhas foram trazidas, como: “a construção do nosso futuro depende de como vivemos agora, depende das nossas escolhas no presente” (Luana); “aprendi que será sempre importante nos perguntarmos se as ações que temos, grandes ou pequenas, estão </p>
--	---

	<p>a afetar o que desejamos” (Ariana); “mais uma vez senti que é preciso escutar os outros e estar atento a todos os nossos pensamentos e atitudes” (Lili).</p> <p>Atentos e sensíveis às partilhas do grupo, encerrámos a sessão com uma reflexão que tivesse um efeito mais tranquilizador para elas, visto termos sentido que os ânimos estavam à flor de pele, por diversas questões. Transmitimos que não precisavam de sentir se desenhavam bem ou mal, pois todos os desenhos tiveram o significado que cada uma lhes transmitiu e agradecemos mais uma vez por o terem feito. Também expressámos que esta sessão nos permitiu viajar por mundos e descobrir emoções e sentimentos próprios relacionados com o que estávamos a viver no momento e o que desejávamos viver, sendo que também nos permitiu ouvir as partilhas umas das outras. Falámos que a distância existente entre o presente e o futuro poderia parecer ser infinita, mas que teríamos sempre o poder de aproximar esses momentos, salientando que os projetos de vida é que fazem a ponte entre esses dois tempos, possibilitando o enfrentamento de situações que encarávamos como mais adversas. Para além disso, partilhámos a importância de pensarmos no bem-estar das pessoas que nos rodeavam a cada passo que dávamos e que era fundamental lembrarmos que as ações que tínhamos podiam ter um grande efeito no caminho para elas mesmas, bem como para as colegas. Por fim, expressámos que todos tínhamos um passado que nos dava lições e todos tínhamos um futuro que nos dava inúmeras possibilidades.</p> <p>No final da sessão, agendámos a última sessão, tendo sido referido que seria uma sessão um pouco diferente do habitual, focando-se especialmente à reflexão de tudo o que tínhamos partilhado juntos até a este momento e, por esse motivo, mais extensa, tendo ficado marcada para dia 17 de maio.</p>
--	---

Sessão de Avaliação: Ação 1

Sessão: “Avaliação da Ação 1: Palcos de Diálogos e Reflexões – Nuvens das aprendizagens”	
Local	Com as jovens: Ala azul da Instituição. Com os profissionais: Sala de reuniões.
Data e hora	Com as jovens: 17 maio 2019; 14:00h-16:00h. Com os profissionais: 23 maio 2019; 15:00h-16:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine. Profissionais – Diretora técnica, Dra. Margarida, Dra. Rita (ET); Ed. Cláudia, Ed. Filipe, Ed. Lucas, Ed. Maria, Ed. Ribeiro, Ed. Sofia (EE).
Descrição	<p>A última sessão da Ação 1 “Palcos de Diálogos e Reflexões” realizou-se no dia 17/05/2019 pelas 14h, tendo contado com a presença das 9 jovens. Começámos por explicar às jovens que o principal objetivo da sessão era a avaliação e reflexão do que tivemos oportunidade de vivenciar juntos ao longo da ação. Para isso, criámos um grupo de discussão entre elas, para avaliar a concretização do OG1 “Promover o desenvolvimento moral e relações interpessoais adequadas” e os respetivos OE, sendo que organizámos e estimulámos a discussão.</p> <p>Pelos discursos das jovens no âmbito do OG1, o OE1.1, “Ouvir e compreender o outro, respeitando-o” foi sendo alcançado em vários momentos do quotidiano, sendo que referiram que tinha sido um processo progressivo, ao referirem: “era uma das minhas maiores dificuldades e acho que melhorei sem dúvida” (Núria); “não posso dizer que já não me custa ouvir algumas opiniões, mas sinto que estou mais calma e tenho mais paciência para ouvir as perspetivas dos outros” (Luana); “eu sinto que já consigo ouvir até ao fim o que me têm para dizer” (Ariana); “acho que todas as sessões foram permitindo isso e sinto que todas melhorámos em relação ao ouvir os outros” (Yasmine); “eu sinto de verdade que sou mais capaz de me colocar no lugar das minhas colegas e dos profissionais” (Sacaninha); “reparei que fui fazendo um esforço cada vez maior</p>

	<p>para compreender e respeitar os outros” (Pipoca Mendes); “tudo o que fizemos foi bom, porque dei por mim a conseguir ouvir as outras pessoas sem as interromper” (Bandeirinha Júnior); “sinto-me mais capaz para ouvir o que me têm a dizer, mesmo que não concorde” (Lili); “acho que consigo ser mais compreensiva com os outros e faço um esforço para os compreender” (Fred).</p> <p>Como se conseguiu perceber no discurso das jovens, o OE1.2, “Partilhar os seus interesses, opiniões e pensamentos e respeitar os/as do outro” também foi atingido ao longo do tempo: “consegui ir dizendo as minhas opiniões de forma cada vez mais verdadeira” (Sacaninha); “fui falando do que achava e mesmo quando as minhas opiniões não eram iguais às delas tentei demonstrar que respeitava” (Fred); “sinto que fui partilhando os meus interesses sim e que isso foi reforçando a minha relação com algumas delas” (Ariana); “aprendi que todos nós temos opiniões que às vezes não são iguais, mas é importante respeitar isso. Posso dizer que tinha dificuldade em falar, mas sinto que isto me ajudou muito. Sinto-me mais capaz de falar para partilhar o que penso e, mesmo que às vezes me custe aceitar o que os outros dizem, consigo respeitar” (Lili); “consegui perceber que há um mundo de opiniões, essas que muitas das vezes eu não respeitava e gozava, mas com este trabalho percebi que o mais importante não é ter a mesma opinião, mas sim conseguir partilhar as nossas e respeitar todas as que sejam diferentes das nossas. E eu agora já consigo fazer isso muito melhor” (Luana); “fui sentindo que podia partilhar o que pensava de forma séria” (Núria); “fui tendo mais respeito pelas opiniões e comentários que se ouviam” (Yasmine); “sinto que todos os espaços foram momentos de partilha e de reflexão e isso foi-me permitindo conseguir ouvir os outros de forma mais atenta, respeitando as coisas diferentes e as coisas comuns” (Pipoca Mendes); “se eu hoje sinto que é mais fácil falar do que acho e respeitar o que os outros pensam é também graças ao que vivemos nestas sessões” (Bandeirinha Júnior).</p> <p>Relativamente ao OE1.3, “Valorizar os seus sentimentos e os dos outros”, as jovens consideraram que as sessões foram possibilitando</p>
--	---

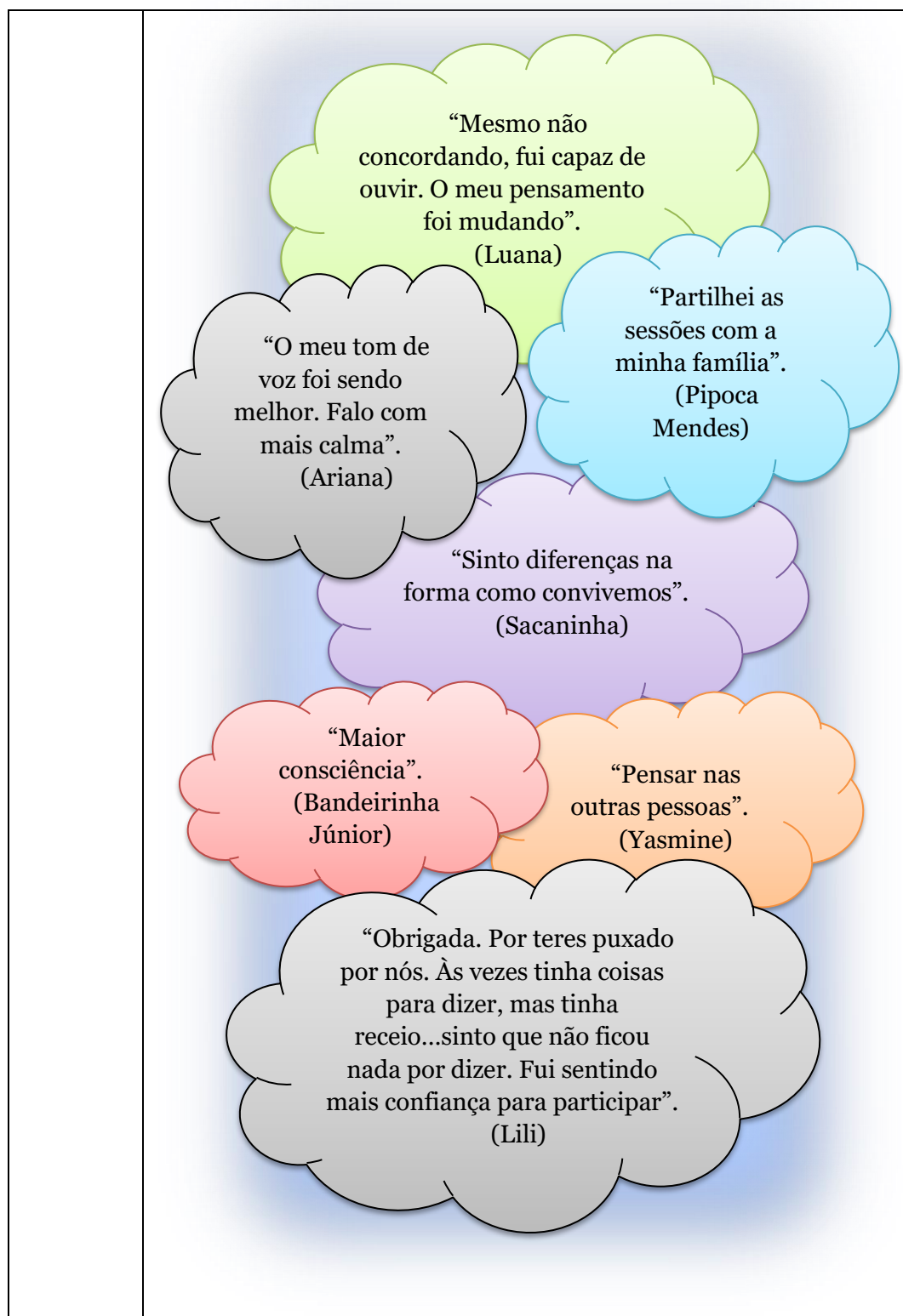
	<p>alcançá-lo, tendo referido que “sinto que conseguimos ir valorizando tanto o que sentimos como o que outros iam expressando que sentiam” (Luana); “conseguimos mudar a nossa atitude face aos nossos sentimentos e aos dos outros” (Sacaninha); “posso dizer que estou bem melhor em considerar o que os outros sentem. E em relação a mim também consigo valorizar o que sinto e lido melhor com o que me vem à cabeça” (Bandeirinha Júnior); “para mim o que trabalhamos foi útil e vai ser uma ajuda para sempre na nossa vida. Ajudou-me imenso a pensar sobre o que sentia e o que poderia fazer para me sentir melhor nos momentos piores. Também não me esqueço das conversas que fui tendo contigo sobre como me sentia que me ajudarem muito” (Pipoca Mendes); “sinto que todas nós melhoramos a esse nível, tanto é que começamos a falar mais umas com as outras sobre o que sentíamos e eu acho que isso foi acontecendo porque sentíamos que no fundo iam valorizando o que estávamos a partilhar” (Ariana); “sinto que cresci ao longo das sessões e fui melhorando a minha atitude perante os meus sentimentos e os dos outros” (Yasmine); “sem dúvida que foi existindo maior valorização da minha parte pelo que os outros sentiam. Também consegui estar mais atenta ao que eu própria sentia e isso foi-me ajudando a relacionar melhor com elas em diversos momentos” (Lili); “com o tempo fui tentando-me colocar na pele delas e percebi que não desvalorizava tanto como antes os sentimentos delas” (Fred); “tenho de admitir que no início era complicado para mim falar sobre o que eu sentia e prestar a devida atenção a isso, mas sinto que agora consigo com maior facilidade compreender o que sinto e vejo-me a revelar maior compreensão pelo que os outros sentem em determinadas situações que acontecem” (Núria).</p> <p>O OE1.4, “Comunicar de forma clara”, foi considerado pelas jovens como parcialmente atingido, como se pode verificar no seu discurso: “de tudo acho que é onde ainda temos maior dificuldade. Acabamos por dizer coisas de que depois nos arrependemos e não falamos da melhor maneira muitas vezes” (Lili); “eu acho que</p>
--	---

	<p>melhoramos muito em relação à comunicação, não posso dizer que somos as melhores a comunicar umas com as outras, mas reconheço o bem que isto nos fez. Falo por mim, todas as sessões me ajudaram a falar melhor para os outros” (Luana); “aprendi que a forma como comunicamos é muito importante e noto em mim um esforço para melhorar, mesmo que às vezes sinta que não consigo controlar como falo” (Núria); “eu concordo com o que disseram. Só gostava de acrescentar que como conseguimos perceber poderemos ao longo da nossa vida ir treinando os diferentes aspetos para melhorarmos e este é um deles. Apesar de sentir que as sessões foram importantes para nos ajudar a comunicar melhor, sinto mesmo que esta parte, mais do que qualquer outra, exige muito treino da nossa parte” (Ariana); “eu fui sentindo que quando comunicava de forma melhor, as pessoas davam-se melhor comigo e ficavam contentes... mas às vezes é bem difícil expressar o que queremos” (Bandeirinha Júnior); “acho que um dos motivos dos conflitos é mesmo esse e ao longo das sessões eu fui tentando estar atenta à maneira como falava, melhorando se fosse preciso” (Sacaninha); “é difícil. Por vezes nem nós sabemos o que queremos dizer, quanto mais fazê-lo de maneira correta... mas não posso negar que houve diferenças na forma como comunicamos, mas é mais evidente em algumas alturas do que noutras” (Fred); “nem sempre foi fácil comunicar de forma clara e assertiva, mas sinto que fomos tentando demonstrar as nossas posições relativamente a vários assuntos de forma mais correta” (Yasmine); “ui, comunicar de forma clara bem... é um grande problema nosso e acho que não irá desaparecer tão cedo, mas posso dizer que pelo menos nas sessões fui notando algumas melhorias e, após as sessões, em vários momentos do dia, sentia-nos mais calmas na maneira de falar” (Pipoca Mendes).</p> <p>Em relação ao “Partilhar espontaneamente a sua opinião e pensamentos” as jovens foram unânimes em considerar que tinha sido alcançado, transmitindo que “para mim é claro que isto se conseguiu. Que conseguimos. Mesmo as mais tímidas foram conseguindo transmitir o que pensavam e acho que isso também foi</p>
--	---

	<p>por causa de nos teres deixado sempre à vontade” (Yasmine); “sim, falo por mim, fui-me abrindo a ti e ao grupo, conversando sobre o que achava e pensava de forma verdadeira” (Fred); “fui sendo capaz de ser as primeiras a falar sobre as minhas opiniões, pensamentos e sentimentos e acho que isso teve a ver com a forma como conduziste as sessões, respeitando o tempo que precisamos para realizar as tarefas” (Luana); “eu sobre isto quero dizer uma coisa simples: partilhar foi bom, é bom e pode ajudar-nos imenso noutras alturas” (Ariana); “eu sempre fui muito tímida e continuo a ser, mas sim, fui e fomos capazes de ir falando umas com as outras as nossas opiniões e o que estava na nossa mente” (Lili), sendo que as jovens Bandeirinha Júnior, Núria, Pipoca Mendes e Sacaninha concordaram com o que foi exposto.</p> <p>Para as jovens o OE1.5, “Compreender os conceitos de justiça e de ética” foi abrangido e atingido nas várias sessões, podendo ser verificado através dos seus discursos: “perante as situações fui sendo capaz de pensar no que era mais justo e correto” (Yasmine); “tento sempre colocar em prática a justiça nas relações que tenho” (Luana); “foi interessante a forma como nos fomos dando conta do que era a justiça e a ética” (Sacaninha); “sinto-me mais capaz de viver como ser humana” (Núria); “para mim falar desses conceitos é falar de valores e sem dúvida que os encontros permitiram que nós os compreendêssemos de forma mais clara e deram-nos a possibilidade de ensaiarmos várias situações” (Ariana); “eu fui pensando em valores que são mais individuais e valores que são mais coletivos. Graças às sessões consegui explorar muito acerca da justiça” (Pipoca Mendes); “para mim o que me fez compreender melhor o sentido de justiça foram sobretudo as reflexões que íamos fazendo ao longo das sessões” (Fred), tendo a Bandeirinha Júnior e a Lili concordado com as opiniões apresentadas, mencionando que como já tinham referido o que pensavam, não tinham mais nada a acrescentar.</p> <p>Relativamente ao OE1.6, “Ter consciência dos seus atos” no parecer das jovens foi alcançado, tendo-se ouvido as seguintes partilhas: “melhorei muito a este nível. Sinto que sou mais capaz de</p>
--	--

	<p>pensar no que faço e que consequências posso vir a ter” (Pipoca Mendes); “eu acredito que o que aprendemos nunca é em vão e com as sessões eu fui conseguindo pensar de forma mais consciente acerca de como eu era e do que fazia” (Luana); “eu também sinto que consigo ter mais consciência das minhas atitudes” (Núria); “agora faço um esforço para pensar mais antes de fazer qualquer coisa” (Fred); “eu tento ter mais cuidado com os gestos que faço, com as palavras que digo e com as atitudes que tenho para com os outros” (Sacaninha); “sinto que agora ao ter mais consciência do que os meus atos podem representar, evito situações de conflito ou confronto” (Ariana); “é importante pensar antes de fazer e eu sinto que sempre fiz um esforço para ter esse cuidado, mas as sessões ajudaram-me a ser mais consciente dos comportamentos que tenho” (Lili); “eu aprendi que ao tomarmos consciência dos nossos atos, bons ou maus, aprendemos sempre alguma coisa” (Yasmine); “eu fui tendo mais consciência de mim, dos meus comportamentos, como do das outras” (Bandeirinha Júnior).</p> <p>As jovens consideraram que os OE1.7, “Pensar de forma crítica acerca de situações reais e acerca das situações do dia-a-dia” tinha sido conseguido ao longo de toda a Ação, tendo referido que: “as sessões incentivaram-nos a pensar e a refletir sobre diversas situações e inegavelmente fizeram-nos pensar nos outros” (Luana); “sou mais capaz para pensar sobre várias situações perante mim e perante os outros” (Sacaninha); “as sessões permitiram que fôssemos mais além, pensando em várias hipóteses” (Núria); “as sessões transformaram-se em diferentes espaços com as suas particularidades, mas em todas elas foi-nos permitido refletir sobre o que nos rodeia e sobre o outro” (Pipoca Mendes); “todos os cenários a que fomos expostas permitiram desenvolver a nossa capacidade de pensar mais e mais” (Ariana); “não tenho dúvidas que tenho mais facilidade em pensar no que vejo” (Bandeirinha Júnior); “para mim foram questões demoradas, mas com a dedicação que fui tendo acho que agora sou mais capaz para analisar diferentes situações” (Fred); “acho que o pensar nos outros é uma dificuldade</p>
--	--

	<p>que sempre tivemos, mas posso dizer que as sessões me ajudaram a conseguir pensar de forma mais genuína nos outros” (Lili); “eu melhorei. Sempre me dei melhor com algumas delas do que com outras, mas sou mais sensível ao que elas pensam e ao que elas sentem. Também preendi que preocuparmo-nos com o que nos rodeia, seja aqui ou lá fora, nunca nos limitará. Pelo contrário, faz de nós melhores pessoas” (Yasmine).</p> <p>Num outro momento, pedimos às jovens para que se sentassem em círculo no chão e realizámos a atividade intitulada por “Nuvens das aprendizagens”, tendo sido distribuído por cada uma delas uma forma de nuvem, cada uma com cor diferente e uma caneta preta. Escolhemos as nuvens uma vez que, num sentido simbólico as nuvens podem representar transformação, bem como um grupo que está unido, podendo sofrer pressões positivas e negativas. Depois, pedimos para que escrevessem palavra(s) ou frase(s) na nuvem que demonstrasse o que estas sessões tinham representado para elas enquanto pessoas únicas, enquanto pertencentes àquele grupo e enquanto membros da sociedade, com o intuito de elas expressarem de uma outra forma o impacto que as sessões tinham tido para elas. Após terem escrito nas suas nuvens, todas elas disseram em voz alta o que tinham escrito, vivenciando-se um momento de partilha de aprendizagens. Apreciámos que as aprendizagens que foram partilhadas através das nuvens eram comuns a muitas delas e as jovens apreciaram o grupo de discussão como um momento positivo, pois reuniu-as mais uma vez, dado que pelo menos tiveram uma experiência em comum: a participação voluntária na Ação.</p> <p>Refletimos ainda sobre as conversas intencionais individuais e em pequenos grupos realizadas ao longo de todo o Projeto, sendo que estas foram valorizadas por todas as jovens, uma vez que auxiliaram a participação e o envolvimento do grupo nas diferentes sessões.</p> <p>Nuvens das aprendizagens:</p>
--	---



	<div data-bbox="571 383 1406 797"> </div> <p data-bbox="550 929 1437 1910"> Com os profissionais, a sessão destinada à Avaliação da Ação 1 “Palcos de Diálogos e Reflexões” realizou-se no dia 23/05/2019 pelas 14:30h, e contou com a presença de 9 profissionais: 3 da equipa técnica e 6 da equipa educativa. Começámos por explicar que o principal objetivo deste encontro era avaliar a Ação 1 desenvolvida com o grupo de jovens e na qual os profissionais participaram ativamente ao longo da mesma, tendo transmitido que para nós seria fundamental contar com a contribuição de todos para que a avaliação fosse o mais completa possível. Assim, realizámos a avaliação do Projeto “(Re)Construir Vidas”, tendo sido construído um grupo de discussão para o efeito, uma vez que se constitui como uma forma eficaz de obter opiniões e explorar atitudes em relação ao que foi construído. Este grupo de discussão teve como objetivo avaliar a concretização do OG1 “Promover o desenvolvimento moral e relações interpessoais adequadas”. No que concerne aos respetivos OE e tendo em consideração os indicadores de avaliação delineados, é que referir que os primeiros 7 OE do foram unanimemente considerados atingidos, tendo os profissionais salientando que: “todas conseguiram ir partilhando de forma cada vez mais livre as suas opiniões” (Ed. Filipe); “foi muito útil porque elas conseguiram compreender de que forma podem pensar no sentido de justiça aqui dentro e fora” (Ed. Ribeiro); “foram objetivos todos eles válidos para </p>
--	---

	<p>possibilitar a construção de relações com os demais” (Dra. Margarida); “na minha opinião foi bastante útil para criar a base não só para relações mais saudáveis como para potencializar o raciocínio moral e comportamentos associados”, tendo ainda acrescentado que “penso também que o facto de elas terem tido a oportunidade de participar de forma ativa do início ao fim possibilitou um envolvimento cada vez maior, mesmo nas que apresentam características de timidez” (Dra. Rita), tendo os restantes profissionais concordado; “a meu ver todas as sessões proporcionaram momentos onde elas foram apurando a forma como pensavam nelas próprias e nos outros” (Ed. Lucas); “em alguns momentos do dia atento que elas conseguem pensar de forma crítica acerca de algumas situações que vivem ou presenciam e isso sem dúvida é reflexo de todo o trabalho desenvolvido com elas” (Ed. Maria); “posso referir que elas foram mostrando ser capazes de defender as suas ideias e de ver o ponto de vista dos outros” (Diretora técnica); “tenho reparado que têm mais facilidade em manter conversas saudáveis e noto também que a questão de negociação tem sofrido algumas pequenas mudanças, para melhor, bem como a forma como expressam acordar ou desacordar do que ouvem” (Ed. Sofia); “todas as questões que as sessões permitiram trabalhar são essenciais para uma vida aqui dentro e para se viver lá fora” (Ed. Cláudia), tendo os restantes profissionais concordado com essa opinião. Relativamente aos restantes OE, os profissionais referiram ter sido um grande desafio para todos eles. Todavia, consideraram que foi possível ir sendo alcançados, dado que: “houve envolvimento genuíno da parte de todos, apesar das dificuldades do dia a dia” (Diretora técnica); “após sabermos o desejo das jovens, demonstramos interesse em estarmos envolvidos” (Dra. Margarida); “todo o caminho que foi construído foi uma aprendizagem não só para elas como também para nós. Ao refletirmos sobre o quotidiano e sobre as práticas fomos apontando algumas questões que deveriam ser trabalhadas e empenhamo-nos para estar presentes, mesmo que por vezes parecesse humanamente impossível” (Ed. Cláudia), tendo</p>
--	---

	<p>os restantes concordado. Para além disso, a Dra. Rita referiu que “ao permitirmos a discussão e a partilha de opiniões, pensamentos e sentimentos, fomos também cooperando para a criação de um ambiente mais saudável entre elas e entre nós e elas”. Para o Ed. Lucas, “ao tomarmos conhecimento das situações trazidas que refletem vivências delas, foi uma boa oportunidade para discutirmos com os colegas sobre vários aspetos”, tendo a Ed. Maria acrescentado que “ninguém estava à espera que fossem caminhos fáceis, mas procuramos muito incentivar e estimular o desenvolvimento tanto nelas como em nós”. A Diretora técnica transmitiu que “concordo com tudo o que disseram e um aspeto muito importante a considerar é que tudo o que serviu para colocar as jovens a refletir também serviu e tem de continuar a servir para que os profissionais reflitam também”.</p> <p>Para além disso, os profissionais no seu discurso também referiram: “refleti ainda mais no poder que temos para desenvolver no dia a dia práticas que promovam mais e mais respeito e aceitação pelos outros” (Ed. Sofia); “sinto que a longo prazo contribuímos para o desenvolvimento moral delas, ao desenvolvermos práticas institucionais respeitadas, que propiciem-lhes relações pessoais, críticas e criativas” (Dra. Rita); “o facto de termos procurado estabelecer ambientes justos e coerentes, onde as regras foram elaboradas em conjunto ou esclarecidas e negociadas contribuiu, na minha opinião, para participações mais livres e sinceras” (Ed. Lucas); “acho que a ação, principalmente as sessões onde tive a oportunidade de participar motivaram a participação delas porque entrou um cunho de representação, onde as pessoas desempenhavam vários papéis e isso como foi sugerido também por elas foi algo que as provocou no bom sentido. Achei muito giro e engraçado perceber que os adultos ao se preparar com as situações à sua frente, tinham ideias tão diferentes e era isso que também se passava no palco quando estávamos com as jovens, demonstrando-lhes que mesmo tendo posições diferentes, conseguimos conviver de forma ajustada. Houve sempre desafios associados e o respeito e a</p>
--	--

	<p>colaboração foram sempre importantes para levar a cabo o que nos movia” (Ed. Filipe); “percebemos que não há uma única maneira de agir perante o que sentimentos ser problema e que devemos ter a sensibilidade para perceber que cada grupo é único, assim como as intervenções o devem ser, respeitando as especificidades de cada situação. No fundo, acho que todas as sessões serviram como disparadores de reflexão” (Diretora técnica); “a sociedade em que vivemos coloca os jovens, no geral, diante de uma multiplicidade de valores, gerando muitas incertezas. No entanto, elas precisam de ajuda para compreender as responsabilidades individuais e sociais e têm de sentir que têm em quem confiar e com quem falar sobre os seus comportamentos, exprimindo o que pensam e sentem. Sem dúvida que esta Ação colaborou para se trabalhar nesse sentido” (Ed. Cláudia). A Dra. Margarida expressou que concordava com o que os profissionais tinham partilhado, tendo completado que “várias questões me foram surgindo ao longo deste tempo... que referência é que devemos ser para as jovens? O que é o bem e o mal nas nossas vidas? O que acontece connosco é para o nosso bem? No que é possível crermos ou não crermos no meio de tantas incertezas do dia a dia? O que é o bem ou o mal? Sendo que me fui apercebendo que o desencorajamento dos adultos nas práticas sociais e individuais pode desorientar por completo o comportamento das jovens. Por isso, foi e é muito importante continuarmos a apostar nestas intervenções que as veem como sujeitos ativos no seu próprio processo de mudança”.</p> <p>Neste encontro grupal, os profissionais expressaram que apesar das sessões desenvolvidas focadas no âmbito das competências pessoais e sociais, ao investirmos na promoção do desenvolvimento moral, acabámos também por trabalhar questões relacionadas com essas competências das jovens. Trouxeram opiniões como: “sinto verdadeiramente que as sessões se revelaram de extrema importância para existir (re)estabelecimento de relações mais humanas entre as jovens” (Ed. Cláudia); “acho que as sessões foram exigindo que elas ouvissem e compreendessem as opiniões dos</p>
--	---

	<p>outros” (Ed. Ribeiro); “sou sempre da opinião que não devemos desistir de quem aparece no nosso caminho e que neste caso devemos de acreditar nas capacidades das jovens, por mais que sejam muitas as dificuldades que apresentam na relação com os outros. Elas foram demonstrando uma progressiva abertura para o diálogo e para a partilha e escutaram-se de forma mais atenta em muitas das situações” (Ed. Lucas); “algumas delas foram refletindo sobre as suas atitudes menos positivas para com as colegas e demonstraram, várias vezes, interesse em melhorar as situações menos boas que viviam” (Diretora técnica); “todas as sessões ajudaram as jovens a perceberem que existem outras estratégias, formas para lidar com os conflitos, que não englobassem comportamentos agressivos, inclusive os de carácter verbal” (Ed. Maria); “a relação entre algumas delas foi melhorando também como consequência da sua participação nas sessões realizadas com elas e não para elas” (Dra. Margarida); “sinto que aos poucos elas têm revelado valorizar o que sentem assim como o que as outras pessoas sentem” (Ed. Filipe); “eu acho que efetivamente as sessões tiveram impacto nelas, pois percebe-se que em situações do dia a dia estão mais predispostas para melhorarem as relações entre elas” (Ed. Sofia), tendo a Dra. Rita acrescentado “com recurso ao diálogo, pois no fundo foram dando conta que há outras maneiras para gerir e lidar com os conflitos, sem ser utilizar linguagem menos apropriada, a humilhação e os comportamentos ofensivos”. No seguimento dessas partilhas, a Diretora técnica expressou que “tendo em conta este grupo de jovens, as estratégias que foram sendo usadas foram muito úteis para elas se sentirem mais confortáveis e saberem lidar com situações mais adversas. Foi uma intervenção conjunta que teve um carácter inovador para elas e acima de tudo, contribuiu para a sua formação a todos os níveis”.</p> <p>Com os profissionais que não conseguiram estar na sessão, realizaram-se conversas intencionais individuais e em pequenos grupos, dado que preservámos a sua vontade em também se expressar acerca do que tinha sido realizado ao longo da Ação 1.</p>
--	--

	<p>Desta forma, em conversa com a Dra. Carminho e com a Dra. Laura, ambas transmitiram que consideravam positivo o que se foi alcançado com a intervenção, tendo referido que “elas foram estando mais disponíveis para participar de forma sincera e foram revelando conseguir ter posturas melhores na relação com os outros” (Dra. Laura); “não posso deixar de dizer que sinto que as sessões as entusiasmaram bastante. Para não falar da pertinência e do potencial que as sessões demonstraram ter nas suas atitudes face a elas mesmas, face às outras e face a nós. É verdade que aqui ambicionamos todos os dias contribuir para o crescimento pessoal e social das jovens e este Projeto demonstrou ser muito positivo para todos nós em vários aspetos. Quanto a nós, conseguimos identificar com ainda mais força o poder que o diálogo pode ter na compreensão dos outros e no respeito mútuo que se deseja atingir, transmitindo-lhes isso de forma mais clara. No fundo, tudo o que se construiu com elas permitiu provocar também reflexões em tudo o que realizámos na área institucional” (Dra. Carminho). Na conversa intencional com a Ed. Costa e com a Ed. Inês estas referiram que “estas sessões capacitaram-nas no sentido de ter um maior poder de crítica e reflexão sobre o que se passa no mundo”, tendo acrescentado que “também considero que se elas não se tivessem envolvido da forma como se envolveram nada seria possível não tendo impacto na sua forma de ser, estar e agir. Conseguem-se ver mudanças porque no fundo elas quiseram e demonstraram vontade para trabalhar as diferentes questões” (Ed. Costa). À semelhança da Ed. Costa, a Ed. Inês referiu que “o facto de elas terem demonstrado que gostavam do que ia sendo trabalhado com elas foi uma vitória, porque por vezes é bem difícil conseguir trabalhar com elas também porque todas elas são diferentes” (Ed. Inês). Em conformidade com as ideias partilhadas pelos restantes profissionais no grupo de discussão, também estas profissionais não esconderam que “foi um desafio gigante para todos nós; sim, um desafio diário, no fundo trabalhar aqui é isso mesmo” (Ed. Inês, Ed. Costa). Contudo, a Ed. Costa não se inibiu de partilhar que “sinto que crescemos mais juntos”, tendo</p>
--	--

	<p>a Ed. Inês concordado. Na conversa intencional com o Ed. Vicente, o mesmo compartilhou que “na minha opinião será sempre muito importante trabalhar neste sentido e elas em algumas situações mostram que teve efeitos nelas. Não podemos querer que mude tudo de um momento para o outro, mas podemos empenharmo-nos para ser mais e melhor no trabalho que desenvolvemos e este Projeto foi exigindo isso de nós, fazendo com que mostrássemos o que conseguimos ser, mesmo nos momentos mais espinhosos. Acho que elas gostaram do cunho de criatividade e inovação que as sessões foram tendo, pois elas gostam de coisas novas e diferentes. Para não falar que elas foram participantes desde o início, o que as fez sentir progressivamente melhor para participar”. A Ed. Patrícia em conversa intencional compartilhou que “não posso deixar de referir que acho que a discussão de casos ou situações teve um potencial enorme e contribuiu a par das outras sessões para que elas fossem entendendo como é que poderiam construir e desenvolver relações melhores com o outro. Quanto às sessões de discussão de situações, embora considere que as posições que tomavam muitas das vezes eram motivadas pela desabilidade social e com a consciência do que era mais certo ou errado, as sessões não perderam a sua pertinência, uma vez que conduziu sempre para a reflexão e defesa de ambos os lados, com argumentos que gradualmente foram sendo mais desenvolvidos. O que acredito que, mesmo não se traduzindo automaticamente no comportamento moral, fê-las confrontarem-se com as diferentes posições e potenciou-se o desenvolvimento do raciocínio sobre as diversas situações, fossem elas fictícias ou pessoais e comuns a elas”. Para além disso, referiu que “é de louvar a disponibilidade que os profissionais foram tendo para compreender a pertinência de todo o trabalho, pois nós gerámos muitas das vezes uma maior motivação nelas e quanto mais se investir nelas, progressivamente elas se sentirão mais capazes. Penso que as sessões foram proporcionando referências do bem e do mal que se refletiram nas práticas e decisões do quotidiano, bem</p>
--	---

	<p>como para a afirmação de cada uma delas, com liberdade dos próprios caminhos e da sua felicidade”.</p> <p>Um dos aspetos considerados como uma mais valia por todos nós foram as conversas intencionais realizadas ao longo da Ação, porque “consistiram em reflexões anteriores e posteriores relativamente a tudo o que estava a ser trabalhado” (Dra. Rita); “permitiram perceber o que poderíamos melhorar” (Ed. Vicente); “incentivaram-nos a refletir muito” (Dra. Carminho); “através do diálogo e da interação fomos conhecendo as perspetivas diferentes e comuns uns dos outros” (Ed. Cláudia); “na minha opinião ao ter conversas intencionais regulares permitiram-me sentir que o meu conhecimento e as minhas ideias eram essenciais” (Dra. Laura); “valorizaram o conhecimento trazido por todos” (Diretora técnica); “tiveram sempre uma intencionalidade enorme” (Ed. Maria); “houve sempre flexibilidade quanto ao tempo que duraram o que não perturbou o trabalho das equipas” (Ed. Inês); “foram boas oportunidades para questionar, aprofundar e ir aprendendo com o que se ia passando” (Ed. Costa); “procuraram trabalhar com a reflexão e o diálogo, onde fomos construindo os nossos espaços de debate a partir de várias questões que iam surgindo” (Ed. Filipe); “ajudaram-nos a perspetivar a transformação” (Dra. Margarida); “fomos relacionando os nossos discursos e reflexões numa construção e desconstrução viva conforme os momentos partilhados” (Ed. Patrícia); “através da reflexão e discussão sobre nós, sobre a maneira como atuávamos e sobre o mundo, fomos sendo capazes de comunicar uns com os outros, possibilitando entendimentos mútuos” (Ed. Lucas); “fomentaram sempre o diálogo em momentos individuais e em momentos coletivos” (Ed. Ribeiro); “foi possível vivenciar as práticas de uma outra forma, pois foram permitindo condições de reflexão, autonomia e curiosidade por parte de todos” (Ed. Sofia).</p> <p>No final do grupo de discussão com os profissionais e no término das conversas intencionais tidas com os profissionais que não conseguiram estar presentes na sessão, também se refletiu sobre a</p>
--	--

	<p>continuidade do Projeto, concluindo-se que, a continuidade do mesmo seria importantíssima visto que, “os frutos de um trabalho não se conseguem ver de um dia para o outro. Leva tempo. Apesar de termos notado diferenças, não devíamos deixar este trabalho cair” (Dra. Rita). A Ed. Cláudia também reforçou a necessidade da sua continuação, tendo referido que “tudo o que conseguimos só reforça o quão importante era continuar a investir nestas dimensões”. A Diretora técnica expôs que “se pretendermos mudança não podemos estagnar e não basta trabalharmos em nós mesmos, também temos de propor a mudança aos que trabalham connosco, permitindo e aceitando sempre os desafios que poderão surgir. Irá sempre depender das pessoas que temos aqui, mas creio que é de extrema relevância apostar num trabalho contínuo”. Para a Dra. Carminho “devemos permanentemente questionarmo-nos sobre o futuro e o que pretendemos (re)construir e agir em conformidade com o que achamos ser o melhor. Rostos de casas de acolhimento são bombardeados todos os dias com descomunais desafios, mas a falta de continuidade dos projetos pode gerar sentimentos prejudiciais para as jovens. Era preciso e importante vestirmo-nos com tudo o que temos e continuarmos”. A Dra. Laura expôs que “fazendo uma metáfora eu acho que todas as sessões foram um palco que abrangeu diferentes ações e está nas nossas mãos fazer com que o espetáculo continue, no qual era importante todos pensarem que são necessários para dar continuidade a qualquer encenação que pode surgir”, evidenciando também a sua opinião quanto à continuidade do Projeto. A Ed. Maria referiu que “eu acredito muito no potencial do Projeto e acho importante a sua continuidade, mas a minha principal preocupação prende-se com as expectativas reduzidas ou refutadas que podem surgir por parte dos atores sociais, o que pode constituir-se como um entrave ao processo”, manifestando a sua crença e a sua opinião quanto à continuidade do Projeto, mas evidenciando, por outro lado, acerca do que poderia acontecer que obstaculizaria a continuidade do mesmo. Para a Ed. Sofia e para a Ed. Patrícia era possível pensarem na continuidade do Projeto,</p>
--	--

	<p>contudo, referiram que “é preciso que haja empenho e motivação por parte de todos” (Ed. Sofia); “só será possível com envolvimento genuíno e esforço por parte de todos” (Ed. Patrícia). O Ed. Lucas foi da opinião que “sem sombra de dúvidas que seria pertinente a continuidade, mas se não realizarmos esforços de articulação entre nós para o desenvolvimento, teremos sérias dificuldades para realizar ações mais amplas”, tendo o Ed. Filipe concordado e acrescentado que “sim, seria muito importante continuarmos nós e os profissionais que para aqui virão, com o intuito de se alcançarem resultados mais profundos e duradouros”. Para a Dra. Margarida, para que a continuidade do Projeto fosse exequível, referiu ser “importante haver capacidade de comunicação, o que é um desafio permanente e também é preciso mobilizar as pessoas”. Nesse seguimento, a Ed. Ribeiro referiu que “teria de ser um trabalho de equipa. Isso envolve, entre muitas outras coisas, a capacidade de se partilhar responsabilidades”. O Ed. Vicente, mesmo demonstrando que acreditava na pertinência da continuidade do Projeto, ressaltou que “as mudanças constantes principalmente na equipa educativa podem dificultar essa continuidade”. A Ed. Costa em conversa intencional referiu que “o sucesso da continuidade está relacionado com a atitude das pessoas e os até os bons projetos podem fracassar em algumas fases, mas o importante é não desistir e estarmos comprometidos para agir”. Na perspetiva da Ed. Inês “seria ótimo se conseguíssemos continuar. Este Projeto contribuiu para pensarmos em práticas inovadoras que possibilitam a educação e potencializa aprendizagens constantes. Para não falar de que acho muito potenciador as práticas serem conduzidas a partir do que sabemos e a partir do que achamos serem os problemas”.</p> <p>Estas duas últimas sessões, bem como as conversas intencionais realizadas individualmente e em pequenos grupos, deram-nos uma compreensão mais clara da forma como cada ator social percecionou a Ação. Ao longo desses momentos, tivemos de ter alguns cuidados, dado que tivemos em consideração que os participantes foram dispondo voluntariamente do seu tempo para cooperar. Assim,</p>
--	--

	fizemos todos os esforços para que eles se fossem sentindo bem, cumprimos o horário de início e fim dos encontros, bem como fomos respeitando o tempo e ritmo dos diferentes atores sociais. Para além disso, agradecemos sempre a colaboração de todos ao longo do processo.
--	---

Ação 2 – “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima”

Sessão n.º1: “Abraçar a importância do reconhecimento”	
Local	Sala de reuniões da Instituição.
Data e hora	29 maio 2019; 10:30h-12:00h.
Presenças	Ed. Cláudia, Ed. Filipe, Ed. Lucas, Ed. Maria, Ed. Patrícia, Ed. Ribeiro, Ed. Sofia, Ed. Vicente (EE).
Descrição	<p>Após as jovens terem partilhado o problema relacionado com a falta de reconhecimento por parte dos profissionais da equipa educativa em relação a elas, a Ação “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima” procurou auxiliar os profissionais a identificar a relevância do reconhecimento para um crescimento positivo das jovens. Assim, esta Ação consistiu numa intervenção com o grupo de jovens e com os profissionais da equipa educativa, incidindo também na esfera das competências pessoais e sociais, especialmente na dimensão do auto e heteroconhecimento, autoestima, resiliência e autoconfiança das jovens, abrindo-se espaço para a realização pessoal e social.</p> <p>Ao longo desta Ação tentámos sempre que possível envolver os profissionais dessa equipa e as 9 jovens participantes do Projeto. Vale a pena ressaltar que através do conhecimento e análise da realidade percebemos que essas eram dimensões já haviam discutidas em reuniões de equipa e supervisões externas. Contudo, os profissionais da equipa educativa, que eram, na perceção das jovens, os que estavam mais ligados a este problema, referiam não ter espaço nem tempo para refletir em condições acerca dessas questões. Assim, foram convidados a participar nesta sessão que pretendeu proporcionar-lhes um espaço de partilha, com o objetivo de trocarem ideias sobre o tema, refletindo sobre ele e procurando estratégias que poderiam mobilizar no quotidiano que fomentasse sobretudo, a autoestima e autoconfiança das jovens.</p>

	<p>O ponto de partida para o desenvolvimento da sessão foi a leitura de duas frases, sendo elas “A construção da identidade passa pelo reconhecimento das características individuais...” e “A construção da autoestima depende da forma como os adultos intencionalmente valorizam os jovens...”. Assim, foi a partir dessas frases que os profissionais tentaram desmistificar o que era para eles o reconhecimento e qual era a importância da sua aplicabilidade no dia a dia institucional para com as jovens com que se cruzavam diariamente. Num primeiro momento, os profissionais expressaram que para eles o reconhecimento poderia ser definido como “o ato de reconhecer e agradecer” (Ed. Vicente); “espécie de recompensas, prêmios” (Ed. Maria); “está relacionado com a valorização de algo” (Ed. Cláudia); “sentimento de agradecimento” (Ed. Filipe); “lembrança de alguma atitude por exemplo e sermos gratos por ela” (Ed. Lucas), tendo a Ed. Sofia acrescentado que “concordo com o que foi dito, mas posso acrescentar outras palavras que me veem à cabeça quando penso em reconhecimento como gratidão, triunfo, aplausos e sorrisos”, tendo a Ed. Patrícia e a Ed. Ribeiro concordado com o que foi partilhado.</p> <p>Depois, olhando para ambas as frases que foram lidas no início da sessão, os profissionais partilharam ideias que no seu entender concediam-lhes maior sentido, pensando no exercício das suas funções para com as jovens, uma vez que “a construção da identidade passa não só pelo reconhecimento das características individuais, mas também das competências” (Ed. Cláudia); “passa também pela compreensão das capacidades e dificuldades que elas possam ter nos vários momentos” (Ed. Sofia); “pensando bem, somos sempre pessoas em construção e não podemos esquecer que essa construção pode ser influenciada positiva ou negativamente pelo modo como os outros nos reconhecem” (Ed. Lucas); “ainda para mais com estas jovens... nós sendo adultos significativos é de extrema importância valorizá-las” (Ed. Patrícia). Sobre a construção da autoestima, o Ed. Filipe referiu que “depende da forma como nós as valorizamos, respeitamos e estimulamos-las”, tendo os restantes profissionais</p>
--	--

	<p>acrescentando que: “depende da forma como nós somos capazes de as encorajar, os seus progressos” (Ed. Maria); “também está relacionada com a forma como apoiamos as relações e interações no grupo, pois mesmo sendo todas diferentes, elas têm de se sentir aceites e o que têm de diferente deveria ser considerado enriquecedor para o grupo”, tendo o Ed. Vicente acrescentado que “sim, deveria ser visto como uma mais valia e não ser uma fonte de discriminação ou exclusão, como acontece algumas vezes”.</p> <p>Refletindo sobre a importância do reconhecimento no dia a dia para com as jovens, os profissionais partilharam que “toda a gente gosta de ser reconhecido...ou melhor, todos nós precisamos de reconhecimento para nos sentirmos melhor, mais realizados” (Ed. Vicente); “a meu ver é o melhor estímulo para qualquer ser humano. Todos queremos ser reconhecidos e valorizados em momentos da vida, seja na vida familiar, nos relacionamentos, na escola...” (Ed. Cláudia); “eu vejo o reconhecimento como uma fonte de motivação para continuarmos a realizar as nossas tarefas e correremos atrás dos nossos sonhos. Elas precisam muito disso. Elas falham como todos nós, mas ao par das falhas, têm muitas qualidades” (Ed. Sofia); “elas vivem praticamente 24 sob 24 horas aqui e fazem parte disto que existe, para o bem e para o mal. Quando fazem algo mau já estão a contar com consequências ou chamadas de atenção, mas eu penso que quando fazem algo bem elas esperam genuinamente que reconheçamos os seus esforços, o que é legítimo, perfeitamente normal” (Ed. Filipe); “elas precisam sentir que são valorizadas e no fundo querem ter a certeza de que fazem coisas importantes e que as suas boas atitudes gerarão impacto positivo em tudo o que as rodeia” (Ed. Lucas); “na minha opinião valorizar, reconhecer e elogiar as jovens será sempre fundamental, inclusive para a melhoria da sua integração e estadia na instituição. E eu penso que a valorização pode estar até em pequenos gestos” (Ed. Maria); “concordando com tudo o que ouvi, eu acho que o reconhecimento quando é verdadeiro pode ser um dos fatores de sucesso mais importantes para o ser humano. E se nós gostamos de ser valorizados elas também gostam e mais do</p>
--	---

	<p>que gostar, precisam, pois fará com que elas têm atitudes mais positivas para consigo mesmas” (Ed. Ribeiro); “na verdade se pensarmos bem de pouco adianta atingirmos determinado sucesso se não formos valorizados” (Ed. Patrícia). O Ed. Lucas compartilhou ainda que “é preciso que os profissionais percam o medo de elogiar, de reconhecer características e qualidades nas jovens”. Nas palavras da Ed. Cláudia “normalmente nós temos a tendência para repetir os comportamentos que nos são positivamente reforçados”, tendo a Ed. Sofia acrescentado que “e aí é que está o valor do reconhecimento” e a Ed. Patrícia referido que “se elas só forem cobradas pelos seus erros ou falhas, como já disseram, vão tender a apresentar baixa autoestima e podem aparecer sentimentos de descrença nelas”. Para além disso, a Ed. Maria referiu que “quanto maior for a nossa capacidade de oferecer reconhecimento, dedicação e comprometimento, maior será a garra delas para enfrentar as coisas menos boas”.</p> <p>A Ed. Cláudia transmitiu uma ideia que no parecer dos profissionais compreendia muito do que se estava a tentar trabalhar ao investir-se nestas diferentes questões: “todo o trabalho educativo que desenvolvemos aqui é muito no âmbito da formação pessoal e social das jovens que acolhemos, pois essa área abrange não só apenas a forma como as jovens se relacionam consigo próprias, como com os outros e com o mundo”, tendo o Ed. Lucas referido que “o desenvolvimento da formação pessoal e social das jovens baseia-se principalmente na organização dos ambientes educativos que devem ser ambientes relacionais e securizantes, onde elas devem ser valorizadas e escutadas, o que contribuirá como já disseram para a sua autoestima e bem estar”. Para a Ed. Sofia era crucial que as jovens conhecessem e aceitassem as suas características, capacidades e competências pessoais, bem como reconhecessem e valorizassem laços de pertença. Tendo os restantes profissionais concordado que essas se constituíam aprendizagens essenciais a desenvolver, pensámos como é que eles, enquanto educadores e pessoas de referência para as jovens, poderiam promover essas</p>
--	---

	<p>aprendizagens, sendo que as ideias partilhadas foram: “valorizá-las e respeitá-las” (Ed. Filipe); “estar atentos a todas elas” (Ed. Ribeiro); “tentar perceber o que é que elas nos querem transmitir” (Ed. Vicente); “é importante identificar, valorizar e abraçar os comportamentos positivos delas” (Ed. Sofia); “é fundamental apoiarmos as jovens para que elas expressem opiniões” (Ed. Maria), tendo a Ed. Cláudia acrescentado que “opiniões sobre o que veem, ouvem e sentem”. Para além disso, o Ed. Lucas referiu que também promoviam essas aprendizagens quando, por exemplo: “respeitamos as diferenças delas”.</p> <p>Num momento posterior, falámos de que existia diversas formas de reconhecimento e reportando-nos à palavra “recompensa” pronunciada algumas vezes no discurso dos profissionais ao longo da sessão, refletimos sobre as recompensas internas e as recompensas externas, sendo que os profissionais concluíram que na altura apostavam mais nas externas, tendo dado exemplos como as idas aos cinemas ou aos centros comerciais. Contudo, como referiu a Ed. Sofia, “eu acho que essas recompensas acabam por não ter muito impacto e acho realmente que não é dessas recompensas que elas muitas das vezes precisam”, tendo os restantes concordado, demonstrando que não escondiam que consideravam que as recompensas internas eram fundamentais para o bem-estar das jovens. Assim, refletindo que o reconhecimento era crucial para o sucesso pessoal e social das jovens, como de qualquer pessoa, pensámos juntos em algumas estratégias que os profissionais poderiam usar no quotidiano para com as jovens, valorizando-as: “elogios” (Ed. Lucas); “passeios” (Ed. Maria); “um muito obrigado” (Ed. Ribeiro); “um bilhete de reconhecimento, uma carta” (Ed. Patrícia); “escrever para elas agradecendo-lhes ou valorizando alguma atitude que tiveram” (Ed. Cláudia); “a ideia dos post-its coloridos para escrever pequenas mensagens para elas” (Ed. Sofia), sendo que foram todos unânimes em concordar que havia formas bastante simples, que poderiam mobilizar no dia a dia para reconhecer as jovens, incentivando-as.</p>
--	--

	<p>No final da sessão, os profissionais refletiram sobre a pertinência da sessão, tendo concluído que “foi importante porque deparamo-nos a pensar no quão pequenos gestos podem ter um grande impacto nas jovens” (Ed. Ribeiro); “pudemos partilhar as ideias que tínhamos e completámo-nos uns aos outros com os nossos pensamentos” (Ed. Vicente); “foi possível pensar no que é que o reconhecimento pode comportar e a sessão foi útil para clarificar algumas ideias. Demos ainda mais sentido às frases e conseguimos ver o quão o reconhecimento pode ser importante na vida delas. Não é que não o soubéssemos, mas a verdade é que por vezes cai no esquecimento” (Ed. Filipe). A Ed. Sofia destacou que “nós intervimos na área comportamental e relacional, não podemos ambicionar resultados imediatos, pois existirão sempre fatores que condicionarão o processo. Mas por isso mesmo, importa, mais do que em qualquer outro lugar, recordar que as atitudes e os comportamentos não mudam da noite para o dia. Esta sessão permitiu-nos refletir a importância de se valorizar cada mudança, por muito pequena que seja”. A Ed. Maria expôs que “com simples gestos podemos realmente fazer com que o dia delas sejam melhores... e o reconhecimento torna qualquer pessoa mais motivada, por isso, conseguimos compreender que precisamos de aprender a reconhecê-las”. A Ed. Cláudia partilhou que “a honestidade e a gratidão são duas qualidades que nos permitirão garantir que as jovens serão pessoas mais capazes de estar em sociedade e tudo o que fazemos tem de ter uma intencionalidade. Não basta darmos sermões, mas sim dar exemplos. Esta sessão ajudou-me a perceber que é sempre possível caminhar no sentido da promoção de uma educação positiva e humanista, apostando na valorização e nos afetos”, tendo a Ed. Patrícia acrescentado que “educar é uma tarefa exigente, mas pode e deve assentar no reconhecimento genuíno que deve ser contínuo”. Para o Ed. Lucas, “esta sessão foi tão importante e tão bonita. Deu para perceber que devemos ter um olhar atento para a capacitação e para o reconhecimento, fazendo-nos refletir que esses não podem ser</p>
--	---

	<p>encarados como meros discursos. Será necessário colocá-los em prática, através de ações que possibilitem as jovens perceberem que podemos dar como prêmio o nosso tempo, o nosso carinho e disponibilidade”. Finalizou-se a sessão a refletir que estava nas nossas mãos ter atos autênticos que possibilitassem o que refletimos ser importante, tendo a Ed. Sofia partilhado que “só estando comprometidos é que conseguimos avançar para caminhos melhores. Estive nesta sessão como em todas as que consegui, pois, busco ter a mente aberta para aprender e melhorar enquanto pessoa e profissional e, neste caso, eu estarei disposta a me dedicar e gostava que os meus colegas também sentissem isto como tão importante como eu”. Os outros profissionais partilharam da opinião da Ed. Sofia e demonstraram-se sensíveis, envolvidos e comprometidos, sendo que a Ed. Cláudia aproveitou também para referir que “é essencial para as jovens sentirem que o seu esforço é valorizado. Só desta forma é que elas vão desenvolver confiança para aceitarem novos desafios, sem receio de falhar, não se considerando “fracas””.</p>
--	--

Sessão n.º2: “Eu sou alguém...”	
Local	Ala azul da Instituição.
Data e hora	7 de junho de 2019; 14:00h-15:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine.
Descrição	<p>A segunda sessão da Ação “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima” no âmbito das competências pessoais e sociais realizou-se no dia 07/06/2019 pelas 14h, tendo contado com a presença das 9 jovens. Apresentou-se a dinâmica “Eu sou alguém”, sendo que referimos que os objetivos da mesma se prendiam com refletir sobre características pessoais e perceber como é que cada uma das jovens era diferente, reconhecendo-se como única. Para isso, em círculo, as jovens estavam sentadas e distribuímos uma folha de papel e um lápis por cada uma com a frase “Eu sou alguém...”, pretendendo-se que as jovens escrevessem na folha</p>

	<p>características e atributos pessoais seus. Pedimos para que listassem no mínimo 5 características próprias. Depois, solicitámos que virassem a folha e dividissem-na a meio, classificando as características listadas, colocando de um lado as que consideravam que facilitavam a sua vida (pontos fortes) e do outro as que consideravam que dificultava (pontos menos fortes), ajudando-as a identificar características pessoais, qualidades e defeitos. Estas tarefas permitiram favorecer o relacionamento interpessoal, o autodesenvolvimento, a autoconfiança e a comunicação.</p> <p>Após darmos tempo para cada uma pensar e terminar essa parte, no segundo momento do exercício pedimos para quem quisesse, partilhar as próprias conclusões, refletindo acerca do que pensaram.</p> <p>A Luana referiu como características: “extrovertida, criativa, engraçada, afável, ansiosa, direta e rebelde”, tendo referido que as primeiras quatro considerava serem aspetos bons, ao contrário das outras que referiu “estou sempre muito ansiosa e isso não é bom para mim, o ser direta por vezes prejudica-me e a rebeldia tem sempre os seus pontos negativos”. A Núria partilhou as características: “direta, verdadeira, especial, inteligente, ambiciosa, ansiosa, agressiva, arrogante e reativa”, tendo acrescentado que “acho que as primeiras 5 jogam a meu favor. As outras 4 prejudicam-me muito em várias situações”. A Sacaninha referiu ser “reservada, insegura, indecisa, pessimista, cuidada, meiga, simpática, boa ouvinte e calma”, tendo exposto que “poderia ter escolhido mais características, mas escolhi escrever estas porque foram as primeiras que me vieram à cabeça e se assim foi por algum motivo é. Sinto que o ser reservada é uma característica de dois bicos, se algumas das vezes é um ponto fraco meu, outras das vezes penso que é bom o ser. O ser insegura, indecisa e pessimista são características que não gosto em mim e gostava de ter o poder para mudá-las. As restantes são pontos que eu considero fortes em mim e importantes na relação para comigo e para com os outros”. A Ariana referiu “segura, vaidosa, persistente, desconfiada, respeitadora, arrogante e exigente”, tendo acrescentado que “o ser desconfiada já me ajudou como já me prejudicou, por isso não sei</p>
--	--

	<p>bem dizer se é bom sê-lo ou não... o ser segura e persistente considero que é o que me dá confiança para caminhos de maior sucesso, pois acho importante acreditar em mim e no que sou capaz de fazer. Uma pessoa que é insegura sofre por não saber se impor, por isso, na minha opinião, confiar em nós mesmas é o primeiro passo para as vitórias. Acho que o facto de tender para respeitar a mim e aos outros também é uma coisa boa em mim. O facto de ser exigente foi algo que nem sempre quis admitir sê-lo, mas cada vez acho mais que é importante sermos exigentes connosco próprios, pois obriga-nos a procurar e descobrir em nós capacidades que temos”. A Lili apresentou como características e atributos seus: “respeitadora, atenta, fiel, discreta, ansiosa, reservada e indecisa”, não querendo partilhar uma justificação longa acerca das palavras, apenas disse “sei que tenho muitos defeitos, mas também tenho coisas boas e é a isso que me tento agarrar”. A Yasmine expressou ser “comunicativa, simpática, agradável, carinhosa, confusa, irrefletida, impusilva, desarrumada e chata”, tendo acrescentado “eu acho que como sou uma pessoa que gosta de comunicar, as pessoas costumam ficar mais interessadas em ter conversas comigo, o que eu acho bom. Considero-me uma pessoa agradável e carinhosa e acho que isso são das minhas melhores qualidades, mas também acho que por vezes consigo se chatinha. Não gosto de ser muito confusa, pois isso atrapalha-me e não gosto de ser desarrumada, se bem que já fui muito mais. Também acho que sou uma pessoa impulsiva que às vezes não pensa e faço as coisas sem refletir bem, ago ou falo seguindo os primeiros impulsos, o que na maior parte das vezes não é nada bom”. A Bandeirinha Júnior expressou “teimosa, rabugenta, insegura, ciumenta, impaciente, meiga, sorridente e responsável”, tendo explicado que “o ser teimosa por vezes é bom, mas outras vezes é mau. A insegurança é algo que me afeta de forma séria. O ser ciumenta e impaciente são coisas que tenho dificuldade em controlar. Ser meiga, sorridente e responsável acho que são das minhas maiores armas”. A Fred referiu as palavras e expressões “curiosa, corajosa, inteligente, otimista, independente, covarde,</p>
--	--

	<p>egoísta, insegura, antipática, desconcentrada, desconfiada e impaciente” para caracterizar-se enquanto pessoa, tendo referido que “as primeiras características que referi são minhas aliadas para tudo, já as outras... trazem-me problemas sérios”. Referindo-se principalmente aos pontos que considerou menos fortes, partilhou que “às vezes sinto que sou covarde pois não me atrevo a dar passos que são importantes ou não digo o que penso... o que acho que pode ter a ver com a insegurança que tenho. Disse ser egoísta, pois como deve dar para perceber em priorizo muito mais os meus interesses e bem-estar em relação aos outros. Consigo ser simpática, mas também sou antipática quando quero, o que muitas vezes cultiva atitudes rudes para comigo. Quanto ao facto de ser desconcentrada, eu sei que a nossa cabeça está preparada para refletir e se concentrar, mas muitas vezes falta-me a capacidade para me concentrar o que acho que pode ter a ver com a falta de interesse que muitas vezes tenho. Bem, eu sei que a desconfiança pode ser vista como uma atitude negativa e pode trazer-me consequências ruins, mas também acho que confiar demais em pessoas que não merecem também pode causar-nos problemas graves. Disse ser impaciente pois eu sinto que vivemos num lugar em que é invadido pelo stresse e a passagem dos dias, faz com que eu seja impaciente com várias situações, coisas e pessoas”. Por último, a Pipoca Mendes referiu “convigente, trapalhona, pessimista, tolerante, persistente, corajosa, bem-disposta, honesta, confiável, sensível, generosa, preocupada, delicada e simpática”, tendo debruçando-se sobre apenas algumas características que enumerou como sendo positivas, a Pipoca Mendes expressou que “eu acho que muitas delas estão ligadas entre si, mas vou explicar o que penso. Eu considero-me uma pessoa bem-disposta com humor e sinto que essa é uma das características que mais atrai as pessoas para estarem comigo, uma vez que como estamos sempre cheios de stresse, estar ao lado de pessoas bem-dispostas ajuda-nos a levar os dias com mais alegria. A coragem é outro dos meus pontos fortes, pois como sabemos as dificuldades aparecem todos os dias, mas para enfrentá-las é preciso coragem e é</p>
--	---

	<p>preciso arriscar com confiança para vencermos e conquistarmos sonhos e objetivos. Tento ser sempre honesta com as pessoas, pois as mentiras, como conseguimos perceber aqui na casa, podem causar muitos males e prejudicar os outros e a nós mesmos. Eu acho que sou uma pessoa persistente, pois acredito que as coisas levam tempo e persistência para acontecerem. Meu pai costumava dizer-me se cada criança que gatinhasse desistisse de andar logo na primeira vez, nenhum de nós saberia andar. Quando eu quero algo eu esforço-me e tento até conseguir. Sempre me considereei uma pessoa sensível, preocupada e generosa para os outros. Não é por acaso que gostava de fazer voluntariado. Eu acho que partilhar é a chave de sermos generosos. Oferecer o que temos sem pedir nada em troca e eu sinto-me uma pessoa generosa pois eu sinto satisfação de entregar aquilo que eu tenho, ajudando os outros no que posso e a troca que tenho é ver os outros melhores”.</p> <p>Após a conclusão da dinâmica, o grupo permaneceu em círculo e incentivámos a participação de todos na reflexão, dirigindo algumas questões para o centro do grupo: “como se sentiram? O que acharam mais fácil ou difícil? Que conclusões conseguem tirar desta sessão? Que lado pesou mais para vocês? O lado dos pontos bons ou menos bons? O que descobriste de vocês realizando esta dinâmica?”, abrindo espaço para que as jovens fizessem comentários sobre sentimentos, facilidades, dificuldades e outros que o grupo considerasse importantes. Assim, ao refletir sobre a sessão, as jovens referiam que a tinham apreciado e que tinha corrido muito bem, mas que tiveram alguma dificuldade em escrever as características e que a sessão as tinha feito pensar em si e nos outros, concluindo, no entanto, que nem sempre era fácil falar sobre o que pensavam sobre si: “é difícil falarmos sobre nós próprios” (Lili); “tive de pensar algum tempo antes de escrever” (Ariana); “tive que pensar muito para escrever os meus pontos fortes” (Fred); “senti mais facilidade em pensar nas coisas más em mim, mas até foi por isso que, depois, ao partilhar falei mais sobre as características boas, pois embora tenha consciência das más, acho importante pensarmos no que temos de</p>
--	--

	<p>melhor. Achei interessante falarmos sobre o que temos de bom” (Pipoca Mendes); “deu para termos a noção que conseguimos reconhecer pontos bons e maus em nós” (Núria); “consegui falar das minhas qualidades e fui refletindo sobre elas” (Sacaninha). A Luana, a Yasmine e a Bandeirinha Júnior também reconheceram a pertinência da sessão, tendo partilhado que “para mim foi muito importante e acho que para elas também. Deu para eu pensar que para alcançarmos metas na vida, uma das coisas mais importantes é conhecermo-nos. Conhecer os nossos pontos fortes, mas também os nossos pontos fracos, para sabermos onde mais falhamos e para conseguir manobrar os aspetos que nos prejudicam, transformando-as em coisas boas” (Luana); “deu para nos conhecermos ainda melhor e saber o que cada um pensa de si” (Yasmine); “conseguímos falar sobre os sentimentos que temos em relação a nós mesmas. Foi ótimo para conseguirmos transmitir umas às outras o que consideramos bom e menos bom em nós” (Bandeirinha Júnior).</p> <p>No final da sessão refletimos que esta procurou sensibilizar-nos para a importância de pensarmos em nós próprios como pessoas com características próprias, com qualidades e aspetos menos bom que por vezes nos afetam quando mobilizados na relação connosco próprios e com os outros, sendo que dialogámos que era crucial termos a capacidade para identificar quais as nossas competências pessoais. Concluimos que algumas das palavras que surgiram foram repetidas, sendo que foi possível atentar que cada uma delas atribuiu significados diferentes, caracterizando a mesma característica como uma ajuda ou pelo contrário como uma ameaça para a sua vida. Para além disso, concluimos que os atributos que as jovens trouxeram estavam relacionados com algumas competências, tais como: a apresentação e a sua presença, a capacidade de contacto com os outros, o relacionamento interpessoal, a integração em equipas, a relação com a hierarquia, a comunicação verbal, a capacidade de persuasão, a autonomia, a autoconfiança, com o controlo emocional, com a ponderação, a determinação, o otimismo, a adaptação às mudanças e ainda com o sentido de organização e capacidade de</p>
--	--

	<p>liderança, sendo que concluímos que afinal de contas, o ato de conhecermos os nossos pontos fortes e os nossos pontos menos positivos era muito importante, quer para serem identificados em momentos práticos no nosso dia a dia, quer para nos conhecermos melhor e tentarmos potencializar os seres humanos que somos.</p> <p>A sessão concluiu com a marcação da próxima sessão, sendo agendada para dia 14 de junho.</p>
--	--

Sessão n.º3: “Em frente ao espelho: praticar o auto elogio e o elogio aos outros”	
Local	Ala azul da Instituição.
Data e hora	14 de junho de 2019; 14:00h-15:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine.
Descrição	<p>A terceira sessão da Ação “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima” no âmbito das competências pessoais e sociais com o grupo de jovens realizou-se no dia 14/06/2019 pelas 14h, tendo contado com a presença das 9 jovens. No arranque do exercício pedimos para que as jovens se colocassem sentadas em círculo e foram convidadas a refletir sobre o elogio e o que esse poderia envolver. Para isso, colocou-se no centro do círculo do grupo uma folha de papel de cenário com a palavra elogio escrita, bem como marcadores. À vez, as jovens escreveram à volta palavras ou expressões relacionadas com a palavra, sendo que foi dito que cada uma delas poderia escrever mais do que uma palavra, expressando o que era para si o elogio e o que ele poderia representar. As palavras e expressões que as jovens escreveram foram: admiração, amizade, carinho, consideração, estima, respeito, simpatia, valorização, gabar, comentários bons, elogiar qualidades positivas, gerar felicidade na outra pessoa, reconhecer comportamentos, observações boas e demonstração de afeto pelas pessoas.</p> <p>Depois, pedimos às jovens para se colocarem em fila indiana num determinado espaço da sala, dispondo-se umas atrás das outras. À</p>

	<p>sua frente tinham um grande espelho (recurso do espaço físico) e o objetivo foi que cada uma, olhando-se ao espelho teve de dizer em voz alta e com confiança uma característica boa (qualidade) do que viam refletido no mesmo (elas próprias) e as outras jovens acrescentaram mais algumas características positivas que consideravam que a colega tinha, elogiando-se reciprocamente. Antes de começarmos o exercício em si, verbalizámos em voz alta que todas as raparigas que iriam estar em frente àquele espelho mereciam o nosso respeito e admiração, porque... deixando em aberto a frase para que elas completassem.</p> <p>A Yasmine referiu “sou simpática” e com a ajuda de todas, foram encontradas outras características como: “atenciosa, preocupada, alegre, ágil, divertida e carinhosa”; a Ariana referiu “sou linda” e com a colaboração de todas a jovem ouviu outras qualidades como: “organizada, cheirosa, carinhosa, confiante, bondosa, honesta e bonita”; a Fred expressou “sei ser boa amiga”, tendo ouvido outras características positivas suas atentadas pelas colegas: “misteriosa, brincalhona, simpática e compreensiva quando quer”; a Pipoca Mendes salientou “sou honesta”, sendo que com a ajuda do grupo, ouvimos outras características como: “confiável, sensível, paciente, bem-disposta e amiga”; a Luana referiu “sou talentosa”, tendo ouvido características e outros elogios à sua pessoa, como: “sincera, boa ouvinte, justa, bem humorada, espontânea e risonha”; a Sacaninha expôs “sou forte”, ouvindo-se outras características como: “generosa, dedicada, romântica, sentimental, meiga, tranquila e tranquilizante”; a Bandeirinha Júnior expressou ser “responsável” e com a ajuda de todas acrescentámos: “relaxada, bondosa, curiosa, lutadora, amiga e fiel”; a Núria referiu “sou otimista”, tendo ouvido outras qualidades como: “persistente, direta, comunicativa, boa cozinheira, querida quando quer, desenrascada e corajosa”; a Lili expressou ser “respeitosa”, sendo que com a ajuda de todas recebeu outras qualidades como: “solidária, simples, verdadeira, atenciosa, amorosa e ternurenta”.</p>
--	---

	<p>Sentados em círculo refletiu-se conjuntamente acerca das partilhas de todas e de seguida refletimos em conjunto a importância de elogiar e ser elogiado no dia a dia, tentando decifrar o poder que os elogios poderiam ter na forma como somos e estamos connosco próprios, com os outros e com o mundo. As jovens referiram: “eu sinto que é importante sermos apreciados, pois quanto mais formos elogiadas mais bem-estar teremos” (Fred); “as pessoas quando não são elogiadas desconfiam das suas capacidades, o que é muito mau” (Ariana); “quem é elogiado sente que tem valor” (Núria); “quando elogiamos as pessoas estamos a mostrar-lhes que temos carinho por elas” (Sacaninha); “é uma ação simples que poderá ter grande impacto nas pessoas. Elogiar é uma atitude bonita” (Luana); “elogiar é importante para nos sentirmos melhor” (Yasmine), tendo as restantes jovens concordado.</p> <p>Depois, pedimos novamente que se levantassem e colocámo-nos frente ao espelho, formando uma corrente humana focada em nós e umas nas outras, de modo a explorar a importância do reforço para a nossa autoestima, valorizámo-las individualmente física e psicologicamente dando um elogio a cada uma, reforçando as capacidades individuais de cada um de nós, sendo que usamos algumas questões como: “como é que te vês? Como é que eu acho que os outros me veem? Sei receber elogios? Quem foi a última pessoa que elogiei? Como são os elogios que dou e recebo? Elogio-me a mim mesma?”. Para além de terem sido questões que ficaram no ar para reflexão, a partir delas, abrimos espaço para as jovens refletirem o que tinham considerado da sessão. Assim, o balanço da sessão foi positivo como transmitiram nos discursos: “foi estranho, mas senti-me bem ao ouvir coisas boas sobre mim” (Bandeirinha Júnior); “foi muito agradável porque é sempre bom ouvir e dar elogios” (Pipoca Mendes); “conseguimos perceber que receber nem que seja um elogio faz-nos sentir melhores” (Lili); “acho que a sessão correu bem e demos muita importância à palavra e colocámos em prática o elogio” (Luana); “como tem sido costume, tenho gostado imenso do que fazemos. Esta não foi exceção, acho que a sessão teve muito</p>
--	--

	<p>potencial e estimulou a estarmos mais próximas umas das outras” (Sacaninha); “podemos lembrar-nos das coisas que acham boas em nós para nos sentirmos melhor” (Yasmine); “foi bom ouvir o que as minhas colegas acham de mim” (Fred); “foi bom saber que não acham que só sou aquela pessoa má. Também tenho coisas boas” (Núria); “como é que eu posso falar disto para me entenderem... eu não me lembro de receber elogios, não estou habituada a isso, por isso esta sessão foi estranha para mim, mas não digo que não foi importante. Até pelo contrário, fez-me sentir o quão o elogio pode ser essencial na vida de uma pessoa. Não sei se pensaste nesta questão ou não, mas embora em alguns momentos da sessão me tenha sentido mais desconfortável, a atividade do espelho foi interessante, pois como só eu estava em frente a ele e as outras atrás, eu só ouvia de fundo o que elas me tinham a dizer. Foi bom. Quando me fazem elogios eu por vezes viro a cara ou saio da beira das pessoas. Espero que consiga melhorar isto, pois foi bom ouvir que pensam coisas boas de mim e fiquei muito contente por ter contribuído para elas, dando-lhes elogios também” (Ariana).</p> <p>Após as partilhas do grupo, refletimos que era importante e possível reconhecer características boas em nós próprios como nos outros e que isso estimulava a criarmos uma perceção cada vez mais positiva de nós mesmos e dos outros. Para além disso, elencámos que os elogios poderiam trazer vários benefícios para as pessoas, como: o fortalecimento das nossas qualidades e habilidades, o provocar alegria, a promoção de autoconfiança e segurança, ajudava no alívio da ansiedade, sendo que concluímos que todos nós precisávamos de nos sentirmos importantes e também precisávamos de conseguir ver que éramos capazes de ser alguém bom e sermos capazes de reconhecer isso nos outros.</p> <p>A sessão findou com a marcação da sessão seguinte, que ficou agendada para o próximo dia 21 de junho.</p>
--	--

Sessão n.º4: “Os nossos sonhos e os sonhos dos outros”	
Local	Ala azul da Instituição.
Data e hora	21 de junho de 2019; 14:00h-15:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Fred, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes e Sacaninha.
Descrição	<p>A quarta sessão da Ação “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima” no âmbito das competências pessoais e sociais com o grupo de jovens realizou-se no dia 21/06/2019 pelas 14h, tendo contado com a presença de 7 jovens, uma vez que a Bandeirinha Júnior e a Yasmine não conseguiram estar presentes.</p> <p>Pedimos ao grupo que se reunisse de pé em círculo e distribuámos um balão colorido, um pedaço de papel e uma caneta por cada uma das jovens. No arranque do exercício pedimos para que cada uma pensasse num sonho ou desejo seu, escrevendo-o no papel, que o dobrassem e o colocassem dentro do balão, tendo referido que em momento nenhum teriam de partilhar o que tinham escrito. Depois, solicitámos que enchessem os balões e após termos verificado e auxiliado no enchimento dos balões, distribuámos um palito por cada uma delas e expressámos para que cada uma deveria proteger o seu sonho ou desejo que tinham escrito (em nenhum momento falámos em estourar os sonhos ou desejos umas das outras). Não referindo mais nada, esperamos que as jovens reagissem. Até que passado algum tempo, a Fred começou por estourar um dos balões e daí em diante todas ficaram a disputar quem conseguia estourar mais balões. Quando faltavam apenas ser rebentados dois balões, pedimos que as jovens se sentassem e lançamos algumas questões, como: “Como se sentem? Porque é que vocês rebentaram os sonhos umas das outras?”, abrindo-se um momento de reflexão. Das jovens surgiram outras tantas questões como: “não era essa a ideia?” (Lili); para que eram os palitos? (Fred); “eu tentei proteger mais o meu e alguns dos delas também, mas estava a ficar difícil. Como assim? Não era para rebentar?” (Ariana). Perante essas intervenções das jovens, abrimos espaço de reflexão, onde refletimos acerca da</p>

	<p>importância de aprender a respeitar os sonhos dos outros e a defender os nossos próprios sonhos, sendo que expressámos em voz alta que algumas vezes, mesmo sem nos apercebermos, acabávamos por destruir os sonhos das outras pessoas, por vários motivos. A determinado momento a Núria referiu que “às vezes os sonhos são destruídos por desmazelo, falta de apoio ou inveja”, tendo as restantes jovens concordado. A Luana acrescentou “há em todo o lado pessoas que destroem os sonhos dos outros. Agora percebi e sinto-me mal por ter entrado na brincadeira e ter ajudado a rebentar alguns balões”. A Pipoca Mendes partilhou que “há sempre pessoas que te fazem sentir que não és capaz, mas é importante acreditarmos nos nossos sonhos e lutarmos por eles”. Para além disso, refletimos sobre a importância da autoestima e da autoconfiança para conquistarmos os nossos sonhos, sendo que as jovens referiram: “ter confiança em nós é importante, pois ela ensina-nos a seguir em frente, mesmo quando encontramos pedras no caminho” (Sacaninha); “ter autoestima e confiança é importante na luta para os nossos sonhos e desejos pois essas permitem-nos ter força para continuar a tentar” (Luana); “pensando na outra sessão, devemos olhar-nos ao espelho e pensar nas capacidades que temos para correr atrás do que desejamos” (Pipoca Mendes); “querer, tentar e não desistir de nós acho que é isso que nos ajuda a não desistir dos nossos sonhos” (Ariana).</p> <p>No final da sessão, as jovens expressaram que: “ainda estou chocada... gostei muito da sessão, passou uma mensagem enorme” (Luana); “quando me apercebi já era tarde, o que me deixou um pouco triste, mas o importante foi refletirmos nas nossas atitudes e isto foi um jogo, o que importa é na vida a sério” (Ariana); “foi uma atividade muito original e deu para pensar” (Fred); “deu para refletir que no fundo a tarefa era mesmo cada uma cuidar do seu sonho, não se preocupando com o querer destruir os das outras” (Núria); “senti que entrámos todas na brincadeira e estávamos concentradas em estourar, não nos lembrando que os balões representavam sonhos importantes para cada uma de nós” (Sacaninha); “acabei por nem</p>
--	--

	<p>sequer conseguir proteger o meu desejo e apenas entrei na competição para acabar com os balões delas. Agora penso que estaria mais satisfeita se tivesse tentado ajudar a proteger os diferentes sonhos” (Núria); “eu gostei mesmo muito da sessão e fiquei a pensar que não devemos desistir dos nossos sonhos, mas que para isso não precisamos de arruinar os dos outros” (Lili); “achei original e dinâmico o exercício. Devíamos aprender a ficar mais felizes com as conquistas dos outros” (Pipoca Mendes) tendo sido evidenciado pelos seus discursos que a sessão tinha sido interessante e importante para elas refletirem sobre os seus sonhos e os dos outros, bem como a atitude que devem ter perante eles.</p> <p>Aproveitámos para concluir que compreendemos que teria sido mais fácil se todas tivessem ficado com o seu sonho na mão, pensando no que poderiam fazer para alcançá-lo, invés de preferir destruir os sonhos e desejos umas das outras. Para além disso, refletimos que para defendermos os nossos sonhos não precisávamos de destruir os dos outros e por fim, parabenizamos o grupo pelas reflexões posteriores ao exercício, referindo que o mais importante é a reflexão e os ensinamentos que as sessões provocam nelas.</p> <p>A sessão findou com a marcação da sessão seguinte, ficando marcada para o dia 28 de junho, sendo que referimos que iria ser dedicada à Avaliação da Ação “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima”.</p>
--	--

Sessão de Avaliação: Ação 2

Sessão: “Avaliação da Ação 2: O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima – Puzzle das aprendizagens”	
Local	Com as jovens: Ala azul da Instituição. Com os profissionais: Sala de reuniões.
Data e hora	Com as jovens: 28 junho 2019; 14:00h-16:00h. Com os profissionais: 8 julho 2019; 15:00h-16:00h.

Presenças	<p>Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine.</p> <p>Profissionais – Ed. Cláudia, Ed. Filipe, Ed. Lucas, Ed. Maria, Ed. Patrícia, Ed. Ribeiro, Ed. Sofia, Ed. Vicente (EE).</p>
Descrição	<p>A última sessão da Ação 2 “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima” destinada à avaliação com as jovens realizou-se no dia 28/06/2018 pelas 14h, tendo contado com a presença das 9 jovens. Para a realização da Ação desenvolvida criámos um grupo de discussão entre as jovens, para avaliar a concretização do OG2 “Desenvolver o autoconceito positivo das jovens”, bem como os respetivos OE.</p> <p>Como se pôde verificar no discurso das jovens, o OE2.1, “Valorizar as suas capacidades” foi alcançado, tendo desde logo possibilitado conhecimento mútuo: “consegui pensar em muita coisa sobre mim. Gostei das várias sessões. Foi bom para mim e acredito que para elas também” (Luana); “sinto que me fui abrindo para o grupo e isso ajudou-me a ver qualidades minhas” (Ariana); “sou mais capaz de conhecer as características boas que tenho. Acho que tudo o que vivi me foi ajudando a ver que eu também sou uma pessoa capaz. Obrigada pelas conversas a sós que tiveste comigo. Fez-me acreditar na pessoa boa que há dentro de mim” (Bandeirinha Júnior); “reconheço melhor as minhas capacidades e acho-me uma pessoa com mais valor” (Núria); “sinto que trabalhamos em muita coisa, mas se houvesse mais tempo não seria demais nem chato continuar a trabalhar, fez-me muito bem para eu ver que tanto eu como os outros têm coisas boas” (Fred); “foi muito importante o que trabalhamos. Consegui refletir muito... e reconhecer tanto capacidades minhas como dos outros” (Sacaninha); “ajudou-me a pensar muito sobre mim. Gostei dos momentos de partilha em grupo e só contigo. Sinto diferença na maneira como olho para mim e para as minhas qualidades e defeitos” (Yasmine); “sempre fui muito calada e reservada, mas sinto que cresci com as sessões e fui melhorando a forma como penso em mim e nos outros. Admito que algumas vezes me mostrei mais resistente, mas quando acabava por</p>

	<p>participar envolvia-me de forma verdadeira no que estávamos a fazer e era sincera” (Lili); “sinto que desenvolvi a capacidade de falar sobre mim...sobre os aspetos menos bem, mas também numa perspetiva mais positiva, vendo-me como uma pessoa com capacidades” (Pipoca Mendes). Concluimos que ao longo do Projeto conseguimos investir no relacionamento interpessoal, na capacidade de dar e receber críticas numa ótica construtiva e na identificação e reconhecimento de competências e qualidades pessoais e grupais.</p> <p>Relativamente ao OE2.2, “Ter uma perceção positiva de si mesmas e dos outros”, as jovens consideraram que também foi conseguido tendo sido um processo gradual. Tal opinião foi espelhada nos discursos delas, ao referirem: “sinto que foi sempre mais fácil falar das minhas coisas más, mas com o tempo fui conseguindo falar das minhas coisas boas” (Fred); “consegui perceber que se não reconhecermos os nossos pontos fracos e fortes fica mais difícil a relação com os outros. Para além disso, é importante termos atenção para connosco e para com os outros e sim é possível termos ideias boas uns dos outros (Sacaninha); “estas sessões ajudaram-me a reconhecer-me e a investir em mim própria, melhoraram a minha autoestima, controlo emocional e consegui colocar-me no lugar do outro” (Lili); “os nossos encontros ajudaram-me a ter uma visão melhor sobre mim e sobre os outros. Aprendi que mesmo uma pessoa erre isso não significa que seja uma pessoa má ou feia. Também aprendi que é importante celebrarmos quem somos e quem os outros são de maneira completa” (Ariana); “as sessões incentivaram-me a aprender mais de mim e dos outros. Já houve várias vezes que me olhei ao espelho e não gostei do que via por exemplo... as sessões além de terem sido interessantes e originais fizeram com que eu transformasse o meu pensamento sobre as coisas e as pessoas” (Luana); “ao ter ideias boas sobre mim permiti-me ver nos outros o que eles também têm de bom e deu-me a oportunidade para eu ver o quanto por vezes somos injustos uns com os outros” (Núria); “bem eu posso dizer que sempre tive ideias positivas e negativas das pessoas, mas acho que me focava sempre</p>
--	--

	<p>mais nas negativas, julgando até as pessoas por isso. As nossas conversas em grupo e só contigo ajudaram-me a ter mais controlo sobre o que eu pensava ou dizia, pois na verdade, as perceções que vamos tendo dependem da nossa mente e coração” (Bandeirinha Júnior); “para mim sempre foi um bocado difícil falar bem sobre mim, mas as sessões ajudaram-me a falar sobre aspetos bons meus. Para além disso, considero-me uma pessoa capaz e com motivação para elogiar-me a mim e aos outros” (Pipoca Mendes); “lembrava-me sempre mais dos meus aspetos negativos e do que fazia de mim uma menina menos boa, mas agora reconheço que tal como os outros também tenho qualidades” (Yasmine). Para além disso, a Núria ainda expôs “eu reconheço que também mudei a minha postura perante as minhas colegas. Por vezes apetecia-me gozar ou fazer comentários menos bons, mas fui percebendo cada vez mais o valor que estas sessões estavam a ter em nós individualmente e em grupo. Apesar de continuar arrogante e sem filtros, sinto que consigo ser mais controlada e correta na maneira que estou aqui na casa e consigo ver as coisas boas das pessoas, sem estar sempre presa ao negativo”. A Bandeirinha Júnior partilhou “eu vejo algumas mudanças na forma como somos umas para as outras e eu acho que isso se deve ao facto de reconhecermos mais facilmente aspetos positivos em nós e nos outros”. A Luana referiu que “estas sessões ajudaram-me a olhar para mim e para os outros de outra forma, sem medo de falar do que acho positivo”, tendo acrescentado “o que importa não é tanto o que sentimos ser falhas nas sessões, como por exemplo, a atividade dos balões, mas o que tais acontecimentos nos fazem ser fora daquela sala enorme onde nos encontrávamos todas as semanas”, tendo as restantes jovens concordado. Concluimos que as sessões contribuíram para o auto e heteroconhecimento, para a valorização pessoal e do outro e para a criação de expectativas mais positivas sobre si e o outro.</p> <p>O OE.2.3, “Sentirem-se mais valorizadas, seguras e confiantes”, tendo sido considerado pelas jovens alcançado: “valorizo mais as minhas qualidades e aspetos positivos da minha personalidade”</p>
--	--

	<p>(Bandeirinha Júnior); “eu aparento ser uma pessoa cheia de confiança, o que nem sempre é verdade. As sessões ajudaram-me a sentir-me mais confiante” (Ariana); “aprendi que para viver com mais liberdade, felicidade e satisfação é importante sentir-me mais segura de mim mesma, o que nem sempre é fácil, mas as nossas conversas e partilhas ajudaram-me tanto” (Sacaninha); “com a vossa generosidade, ao longo das sessões, fui sentindo-me cada vez mais valorizada. Isso aconteceu porque foi-nos permitido elogiarmo-nos umas às outras. Estas sessões acrescentaram muito em mim” (Fred); “aprendi que através da autoestima, autocontrolo, autorresponsabilidade e autoconsciência conseguir ir tendo uma imagem melhor de mim em vários momentos” (Núria); “consegui compreender as minhas emoções, forças e fraquezas, trabalhando o que de melhor há dentro de mim” (Lili); “ao longo das sessões eu deixei de me anular e assumi o protagonismo da minha vida, mostrando-me mais confiante e feliz” (Luana); “aprendi que eu posso me ver como uma rapariga fraca, enquanto outras pessoas me podem ver como uma rapariga boa... como também posso achar que uma pessoa é feia, mas ela própria se achar maravilhosa do jeito que é. Com isto quero dizer que a forma como olhamos para nós depende somente de nós, mas, se tivermos pessoas que nos apoiam e nos dizem que estivemos bem em determinada situação, que nos dizem que somos fortes e acreditam em nós, será mais fácil. Posso dizer que me sinto mais segura e confiante” (Pipoca Mendes); “sinto que todas as sessões me ajudaram a acreditar mais em mim, aumentando a minha autoestima” (Yasmine). A Sacaninha partilhou ainda que “sei que quando me sentir mais em baixo vou recordar o que vivemos juntas”. A Pipoca Mendes transmitiu que “a valorização, a segurança e a confiança estão relacionadas com a autoestima e com a imagem positiva que criamos de nós. Foi possível trabalhar nisso pois percebemos o quanto o conhecimento de nós mesmas é importante para tudo. Quanto mais conhecermos as nossas qualidades, mais vamos conseguir aperfeiçoá-las e terão mais peso em detrimento do que sentirmos serem as nossas falhas. Sinto que sou mais capaz de</p>
--	--

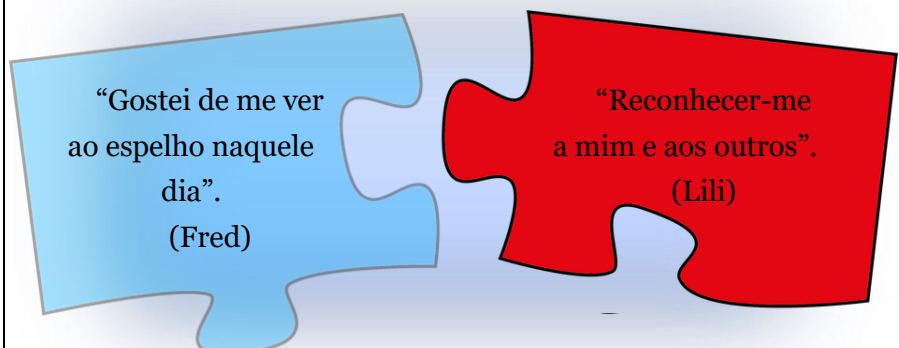
	<p>conversar comigo mesma sobre o que penso de mim mesma e sinto-me mais segura e confiante sem dúvida”. A Núria referiu “nós sabemos que isto tudo deve ser trabalhado ao longo da infância, mas o problema é quando a educação e o trabalho que as pessoas recebem não ajudam na formação da sua valorização, segurança ou confiança e essas são destruídas aos poucos. Esquecendo isso, temos de pensar que não deixa de ser importante trabalhar estas questões, pois são fundamentais para o nosso desenvolvimento. Com estas sessões senti que se as pessoas forem capazes de nos transmitir palavras bonitas isso gera maior autoestima em nós”. Nesse seguimento, a Luana ainda partilhou que “também aprendi que o ponto de partida para ter mais autoestima e confiança em mim é conhecer-me melhor a mim mesma. Por isso, foi importante, pois as sessões ajudaram-me a conhecer os meus pontos mais fortes e mais fracos e a pensar e falar sobre eles”. A Ariana, transmitiu que concordava com o que as colegas disseram, tendo acrescentado que “todas as vidas são feitas de sucessos e fracassos, mas eu com estas sessões fui mais capaz de compreender que a melhor forma de trabalhar no sentido de gostar de nós e ter confiança e segurança em nós mesmas é aprender com os erros e focar no que fazemos e somos de melhor”, tendo a Bandeirinha Júnior referido que “é importante tomarmos consciência das nossas conquistas e esforçarmo-nos para alcançar os nossos sonhos. Aprendi que acostumar-me a valorizar as características boas que tenho será uma boa estratégia para eu me sentir mais confiante”. A Fred partilhou que “obrigada por nos teres feito ver que os nossos pontos fortes e fracos são um tesouro, pois, como muitas vezes me disste é isso tudo que faz com que nós sejamos únicos para as outras pessoas e para o mundo”. A Yasmine transmitiu que “eu também aprendi que jamais devemos deixar de confiar em nós mesmos. A tua voz tranquilizou-me imensas vezes e fez com que eu dentro de mim me lembrasse de coisas que já conquistei e as coisas todas que ainda posso conquistar. Mas para isso sei que tenho de ter a minha autoestima e confiança em cima”. Por fim, a Lili partilhou que “quando olhei para o espelho gostei do</p>
--	--

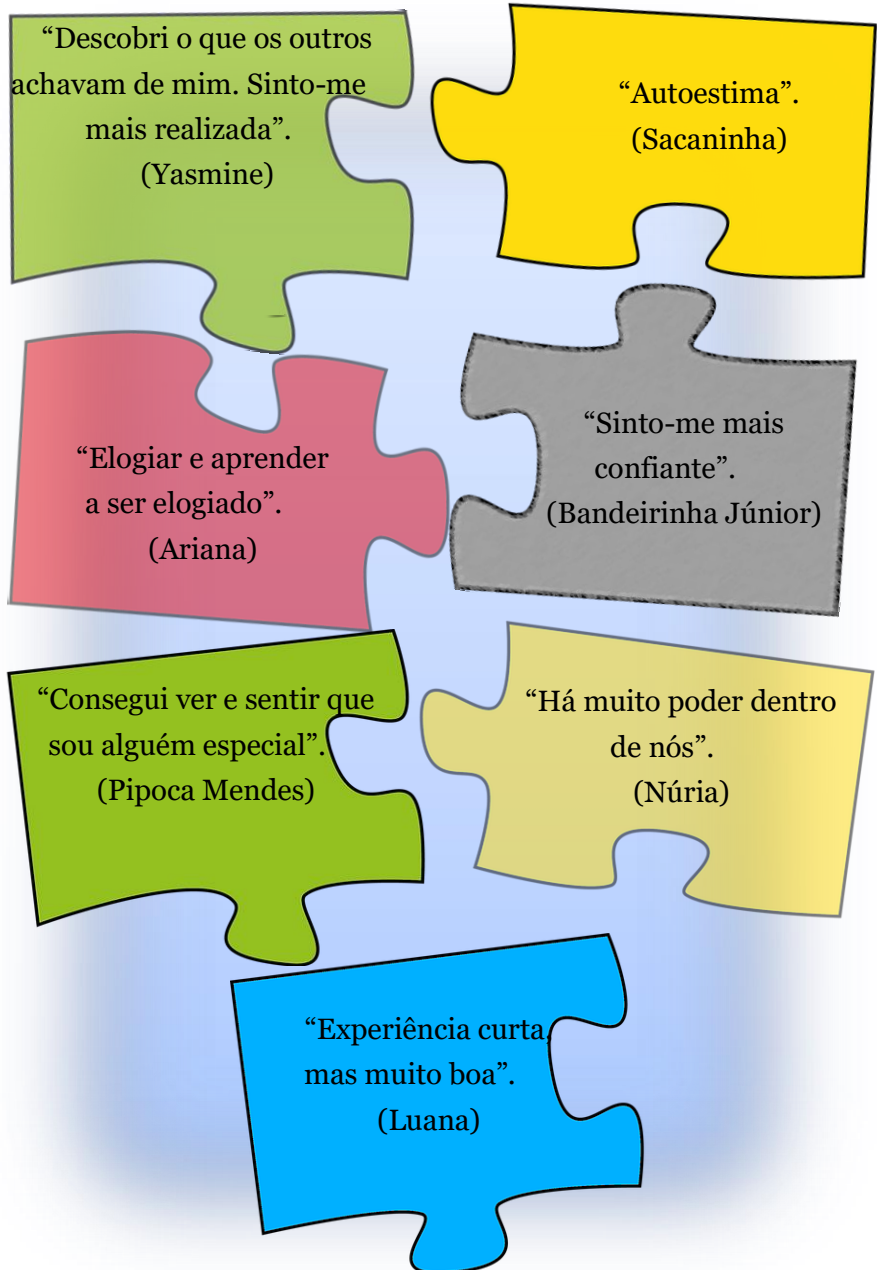
	<p>que vi. Não falo da aparência física, mas sim da minha personalidade e foi muito bom saber que vocês sabiam falar bem de mim”. Concluímos que ao longo do Projeto conseguimos trabalhar o conhecimento de si próprio e dos outros, a capacidade de ter atitudes positivas para consigo mesmas e para com os outros, a valorização pessoal e do outro, a satisfação e a confiança pessoal, a autoestima e a autoconfiança.</p> <p>As jovens, dando ênfase ao envolvimento dos profissionais da equipa educativa ao longo da Ação, referiram: “gostei tanto de antes de ir para a cama ler aquele bilhete rosa. Dormi bem melhor” (Ariana); “todas as mensagens que fui recebendo foram capazes de me fazer sentir uma menina mais segura e feliz” (Sacaninha); “gostei muito do facto de não receber todos os dias as mensagens por parte deles, pois era quase como um fator surpresa que quando eu recebia fazia com que eu me sentisse muito melhor” (Fred); “fui elogiada algumas vezes pela minha capacidade de falar com um tom de voz mais adequado” (Núria); “ficava muito contente quando recebia mensagens pequenas de algumas educadoras em especial, mas graças a eles terem participado assim também percebi que outros educadores conseguem reconhecer coisas boas em mim” (Bandeirinha Júnior); “gostei de perceber que eles não nos assumem umas iguais às outras, pois o que escreviam tinha a ver com atitudes específicas que cada uma de nós tinha ao longo da semana” (Luana); “viram em mim características únicas e deram-me os parabéns por alguns gestos e atitudes meus” (Lili); “todas as mensagens que li foram boas para eu sorrir nem que fosse por um bocado. Quando acabava de as ler escrevia no meu diário o que tinha significado para mim ler aquelas palavras” (Yasmine); “posso partilhar uma das mensagens que recebi de um dos educadores que dizia para acreditar em mim”, tendo exposto que “por isso, achei bonito estas atitudes deles, pois percebi que ao longo do tempo eles não foram só elogiando-nos como também nos deram dicas e conselhos de formas diferentes, o que contribuiu para o crescimento da nossa autoestima, confiança e valorização” (Pipoca Mendes). Através dessas partilhas,</p>
--	---

foi destacada a atitude positiva que os diferentes profissionais demonstraram ter perante este problema que era sentido por elas e a Luana partilhou que “espero que eles continuem a apostar nisto tanto em nós como para outras meninas. Pois nós sabemos bem o quanto precisamos de ouvir coisas boas e saber que eles conseguem ver o bom que há dentro de nós”, tendo as restantes colegas partilhado da mesma opinião.

Na segunda parte da sessão, pedimos às jovens que se sentassem em círculo no chão e realizámos a atividade intitulada “Puzzle das aprendizagens”, cuja finalidade foi representar o que tinha sido para elas estar envolvidas nesta Ação. Para isso, foi distribuído por cada uma das jovens uma peça de puzzle colorida (construídas em cartão e pintadas a spray com as dimensões: 15cmx20cm aproximadamente) e marcadores de várias cores. Desta vez escolhemos as peças de puzzle, pois eram peças díspares que deveriam ser ligadas de maneira a compor um todo: o significado que as sessões tiveram para cada uma delas enquanto pessoa única e enquanto pessoa pertencente a uma sociedade. Assim, pedimos para que fizessem uma viagem pelo tempo e se lembrassem do que tinham vivido nas sessões e pedimos para que escrevessem na peça do puzzle que tinham nas suas mãos palavras(s) ou frases, mostrando o que a Ação tinha significado para elas.

Puzzle das aprendizagens:





Após terem escrito e partilhado em voz alta o que escreveram nas suas peças, dissemos para que se reunissem num dos espaços da ala azul à escolha e montámos o puzzle. Quando terminámos a montagem, sentámo-nos à volta do puzzle construído e questionámos “O que veem e sentem ao olhar para o puzzle que construímos?” sendo que as jovens partilharam palavras soltas e

	<p>expressões que na percepção delas respondia à questão anteriormente levantada por nós. Transmitiram que “vejo diferentes opiniões de pessoas que viveram juntas momentos idênticos, mas de forma diferente” (Sacaninha); “sinto que todas as outras são aprendizagens também minhas. Fazem todo o sentido para mim. Foi uma atividade muito gira” (Ariana); “eu pensei numa coisa engraçada...hoje realizamos a avaliação desta ação, mas ao montar o puzzle lembrei-me que tivemos de ajustar as peças umas às outras por serem diferentes e foi engraçado porque ao longo do Projeto também tivemos de nos ir ajustando umas às outras para sozinhas e juntas crescermos enquanto pessoas” (Luana); “este puzzle faz-nos pensar que todas nós somos como essas peças, diferentes, mas podemos encaixar” (Pipoca Mendes), perante essa partilha houve um momento mais descontraído, tendo existido risos, mas o grupo transmitiu que compreendeu bem o que a colega tinha transmitido e expressaram que concordavam; “para mim este puzzle simboliza o trabalho em equipa” (Núria); “gostei da atividade das nuvens, mas tenho de confessar que esta foi mais especial para mim (Fred)”. Para além dessas, as jovens expressaram palavras como: “conexão, união, organização, atitude, maior abertura aos outros, reflexão, progresso, maior autoestima, desafio, interação, dedicação, maior autoconfiança e diálogo” de modo a transmitir o que viam e sentiam quando olhavam de forma atenta para o puzzle que estava visível para todas, o que permitiu alargar a reflexão conjunta acerca do que a Ação “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima” revelou ser para cada uma delas em particular e para o grupo.</p> <p>Por fim, refletimos mais uma vez acerca do poder que as conversas tidas ao longo do tempo tiveram para cada um dos elementos do grupo, sendo que foram unânimes em dizer que todos os momentos individuais e em pequenos grupos permitiram que elas ganhassem maior incentivo para a participação.</p> <p>No término da sessão, acolhemos gestos espontâneos vindo das jovens, como abraços que nos foram dados e aproximação entre algumas jovens do grupo.</p>
--	--

	<p>Com os profissionais, a sessão destinada à Avaliação da Ação 2 “O Reconhecimento: uma Chave para a Autoestima” realizou-se no dia 8/07/2019 pelas 15h e contou com a presença dos 8 profissionais. Esta sessão teve como objetivo proporcionar aos profissionais a oportunidade de refletirem sobre a concretização do OG2 “Desenvolver o autoconceito positivo das jovens”, abrindo-se espaço para a discussão sobre os respetivos OE e sobre a importância do envolvimento deles para a concretização do mesmo. Como já tínhamos ouvido que este Projeto estava a constituir-se como uma viagem nova para todos os atores sociais, aproveitámos e lançamos questões como: “O que aconteceu nesta Ação? Quais foram as dificuldades que encontraram para atingir os objetivos? O que foi necessário para construir esta viagem?”, incentivando assim a partilha dos profissionais.</p> <p>Para os profissionais, a sessão realizada com eles, bem como as conversas intencionais e em pequenos grupos foram de extrema importância, pois “todos conseguimos pensar e falar sobre a importância do reconhecimento” (Ed. Filipe); “foi útil porque permitiu a partilha de ideias e senti que houve envolvimento da parte dos colegas” (Ed. Vicente); “houve capacidade de partilha entre nós para chegarmos mais longe” (Ed. Maria); “foi fundamental para falarmos sobre a questão da valorização pessoal que é tão importante na vida humana” (Ed. Ribeiro); “as reflexões possibilitaram a tomada da consciência da importância da valorização e ainda a partilha de estratégias para praticar o reconhecimento em ambiente institucional” (Ed. Cláudia).</p> <p>Debruçando-se sobre o OG2 e os respetivos OE, a determinado momento, o Ed. Lucas partilhou que “eu acho que o facto de nos termos “esforçado” para reconhecer e valorizar as jovens no seu todo, permitiu que elas criassem imagens mais positivas sobre si”, tendo o Ed. Vicente acrescentado que “e que se sentissem mais seguras e confiantes das suas qualidades”. Para além disso, a Ed. Maria salientou o facto de os profissionais se terem envolvido,</p>
--	---

	<p>destacando a crescente participação e reflexão sobre “a atitude que temos perante elas, sobretudo, face a comportamentos bons que elas também são capazes de ter”. Refletindo sobre o que foi sendo alcançado, de forma gradual, ao longo desta Ação, a Ed. Sofia partilhou que “eu sinto que quando demonstramos atitudes de tolerância, cooperação, partilha, sensibilidade e respeito para com elas, as jovens reconhecem a importância desses valores e apropriam-se deles. Ou seja, além de gerarem percepções mais positivas sobre si mesmas, também geraram sobre as outras e isso foi sendo nítido ao longo das sessões, refletindo-se em alguns momentos do quotidiano”. A Ed. Patrícia expôs que “por vezes o necessário não é sonhar bem alto, mas sim com os pés assentes na terra pensar o que é que poderá fazer com que estas jovens se sintam melhor. Como já referi sei que não somos uma família de verdade, mas a organização do ambiente educativo é fundamental, se construído como um ambiente relacional e securizante, em que as jovens são valorizadas e escutadas, contribui, como é notório, para o seu bem-estar e autoestima. Foi importante o envolvimento dos profissionais contínuo e genuíno, mas com este Projeto também vimos que se possibilitámos às jovens participar elas sentirão que são parte do processo de toda a aprendizagem”. O Ed. Lucas referiu que “eu aprendi que nem todas as jovens são fáceis e por vezes criam barreiras que obstaculizam a nossa relação e a nossa ação para com elas, mas eu ao permitir-me elogiá-las e reconhecê-las pelas suas características e competências, através de palavras e atos generosos, dei conta que isso poderia ser o ponto de viragem na nossa relação”. A Ed. Cláudia partilhou que “as crianças para crescerem saudáveis têm de nascer no mundo dos afetos, o que abarca o seu reconhecimento enquanto pessoa única. Falo em crianças, mas nelas é igual. Apercebi-me que os dias são sempre bons para se valorizar e que há formas muito bonitas de chegarmos até elas com atos simples”. A Ed. Sofia, nesse seguimento referiu “elas não são feitas só de falhas, não era que não soubéssemos disso, mas ao valorizá-las passámos a mensagem de que sabemos que tu és boa e capaz de ser</p>
--	--

	<p>melhor. Eu quando escrevo mensagens para a Ariana por exemplo escrevo sempre em post-its rosa, pois é a cor preferida dela e isso é muito valorizado por ela”.</p> <p>O envolvimento dos profissionais nesta Ação contribuiu também para outros pensamentos e problematizações. Dessa forma, outras ideias foram referidas nos discursos profissionais, como: “é importante entendermos as jovens e dar-lhes todo o apoio, principalmente porque elas já vivenciaram crises de baixa autoestima” (Ed. Ribeiro); “a baixa autoestima e baixa confiança por parte delas faz com que as características positivas não sejam percebidas e as negativas sejam potencializadas. Nós, convivendo diariamente com elas temos o poder para identificar os sinais e agir, ajudando-as. Afinal não custa dar palavras de apoio e valorizar o que elas têm de bom” (Ed. Filipe); “tomei consciência ainda maior de que todos nós precisamos de reconhecimento e que ele é o pilar que dispara as bases para a autoestima das jovens neste caso, o impulso de que elas precisam na sua rotina diária e a força que vai permitir a construção de relações mais bonitas. Daí, é importante que elas se sintam amadas, valorizadas e apreciadas” (Ed. Cláudia); “eu apercebi-me da verdade que é que o reconhecer é uma ferramenta que nos valida para nós mesmos e para os outros. Elas foram dando a entender que, ao serem reconhecidas, sentiam-se mais visíveis. Por outras palavras, reconhecer e valorizar é permitir que elas sejam e estejam, crescendo dentro de um ambiente seguro que lhes propicie ensinamentos para uma vida lá fora” (Ed. Sofia); “concordo com tudo o que foi dito, mas posso acrescentar que as pessoas precisam de deixar as desculpas de lado e valorizar-se umas às outras, pois ao praticar o reconhecimento eu aprendi que o apreciar as jovens é uma forma de impulsionar o seu crescimento pessoal e o reconhecimento gera aceitação própria e fortalece o músculo da sua autoestima, permitindo que elas se sintam mais felizes” (Ed. Maria); “sabem, ainda está para nascer alguém que não goste de ser reconhecido pelo que é... Sei que por vezes reconhecíamos, mas não era suficiente. O reconhecimento fá-las sentir mais motivadas” (Ed. Vicente).</p>
--	---

	<p>Os profissionais foram unânimes em considerar que o Projeto tendo como um dos principais motores contribuir para o aumento das competências pessoais e sociais das jovens, sublinharam que se notava algumas mudanças relacionadas com o autoconceito das jovens, os seus comportamentos e com as relações, sendo que referiram ter aprendido que “é possível educar com reconhecimento” (Ed. Cláudia); e que o Projeto lhes possibilitou “trilhar caminhos para a realização individual e social” (Ed. Filipe), apesar dessas opiniões terem sido partilhadas por esses profissionais, os restantes transmitiram que também sentiam o que os colegas tinham mencionado. Não obstante, sublinharam que: “é necessário continuar a investir nestas áreas” (Ed. Ribeiro); “pois trará grandes mudanças na forma como as jovens se veem a elas e aos outros” (Ed. Patrícia); “é preciso fazer mais. Não nos esqueçamos das mudanças que juntos conseguimos, mas é preciso continuar a caminhar nesse sentido sem nunca nos cansarmos” (Ed. Sofia); “temos de continuar a apreciar as jovens e as suas características” (Ed. Vicente); “encará-las como adolescentes-pessoas, para além dos problemas que têm”; “é importante trabalharmos em equipa, comunicando mais e mais entre nós” (Ed. Lucas); “os caminhos podem parecer longos, mas juntos será mais fácil trabalharmos num bom sentido”, o que alicerçou a sua opinião acerca da continuidade do Projeto.</p>
--	--

Ação 3 – “A Saúde nas nossas Mãos”

Sessão n.º1: “Observar, escutar, refletir e decidir para agir”	
Local	Ala azul da instituição.
Data e hora	17 junho 2019; 15:30h-16:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine.
Descrição	<p>A primeira sessão da Ação 3 “A Saúde nas nossas Mãos” realizou-se no dia 17/06/2019 pelas 15:30h, tendo contado com a presença das 9 jovens. Nesta sessão, as jovens foram convidadas a refletir sobre o conceito de saúde, uma vez que as mesmas revelaram preocupações sérias sobre o assunto durante o conhecimento e análise da realidade, sendo que esse conhecimento foi sendo cada vez mais aprofundado através das várias conversas intencionais que fomos estabelecendo. Tomando como verdade que escrever é uma forma de as pessoas se expressarem, levámos para a sessão marcadores e uma cartolina que no centro tinha escrito as palavras saúde e bem estar, sendo que pedimos para que as jovens escrevessem à volta das palavras o que entendiam por elas, identificando possíveis áreas que consideravam importantes trabalhar ao longo do Projeto. Na cartolina constavam as palavras: imagem pessoal; boa disposição física; estilo de vida; higiene; ausência de doenças; maquilhagem; exercício físico; alimentação; não aos consumos; qualidade de vida; dormir o suficiente e bem.</p> <p>As jovens referiram que ambas as palavras estavam relacionadas e que tinham em si um aspeto em comum: a satisfação com a vida. Nesse seguimento, considerámos que para termos saúde era importante vivermos estados completos de bem-estar físico, mental e social. Como as jovens salientaram ao longo das conversas intencionais e ao longo dos encontros que tinham muitas dificuldades em adotar hábitos saudáveis, num segundo momento distribuímos pedaços de papel pelas jovens e pedimos para que escrevessem comportamentos que adotavam e que eram prejudiciais</p>

	<p>para a sua saúde. É importante referir que após todas terem escrito, pedimos para que os dobrassem, recolhemo-los e baralhámo-los, para que as jovens não se sentissem desconfortáveis. Depois, fomos desdobrando os papéis e lemos em voz alta o que estava escrito. Nos papéis estavam partilhas como: “sei que não faço bem a minha higiene pessoal; já bebi bebidas alcoólicas; fumo muito; não faço exercício físico; tenho muitas vezes dores de cabeça; durmo mal; já experimentei tudo e mais alguma coisa; estou sempre muito nervosa; tenho dificuldade em adormecer; não sei como arranjar o meu cabelo ou maquilhar-me em condições; não sei que roupa escolher para diferentes situações; acho-me gorda; muitas vezes não tenho consciência do que é bom para mim; gostava de alterar algo no meu corpo”. Este exercício deu-nos uma visão global de comportamentos ligados à saúde que eram adotados pelas jovens e perceções relacionadas com o consumo de álcool, de tabaco e outras substâncias, a atividade física, a perceção da imagem do corpo e satisfação com a imagem do corpo e a vontade de mudança.</p> <p>Posto isso, gerou-se um debate onde cada uma das jovens evidenciou, numa perspetiva mais individual o que para si fazia mais sentido ser trabalhado ao longo da Ação. Todavia, explicámos às jovens que seria importante elas chegarem a um consenso acerca das áreas que consideravam mais importantes e que gostássem de investir, tendo surgido: o cuidado com a imagem pessoal, mais especificamente as áreas da higiene corporal, da higiene íntima, da higiene oral, do exercício físico, da roupa, da maquilhagem e penteados e a alimentação. Depois questionámos às jovens se não se importavam que partilhássemos com os profissionais o que tinha surgido nesta sessão, referindo que o objetivo era envolvê-los também na construção da Ação, sendo que as jovens referiram que não se importavam e que fazia todo sentido para elas.</p> <p>Finalizada a sessão, realizámos um balanço da mesma, sendo que concluímos que a sessão tinha corrido bem. A Luana referiu: “gostei muito da sessão e da reflexão que fizemos sobre o assunto”, tendo as colegas partilhado da mesma opinião. A Yasmine referiu “obrigada</p>
--	--

	<p>por nos ouvires. Era mesmo bom que os profissionais entrassem nesta connosco. Eu falo por mim, principalmente a parte do exercício é algo que me faria sentir muito melhor. Sempre fui ligada ao desporto, desligar-me dele foi mau para mim”. A Ariana expôs “conseguimos cumprir com o que era suposto e acho que todas ficaríamos contentes se essas áreas fossem trabalhadas connosco. Na minha opinião a beleza por exemplo é muito mais que maquilhagem, é questão de te sentires bem contigo própria, mas eu gostava muito que a questão da maquilhagem fosse trabalhada connosco. Sinto-me mais bonita quando me maquio bem”. A Núria partilhou que “todas essas questões são importantíssimas serem trabalhadas com todas nós”, tendo também as restantes jovens transmitido que concordavam. Concluimos que esta sessão tinha sido pertinente, uma vez que espelhou as perceções do grupo acerca do tema e os desejos que tinham em torno do mesmo.</p>
--	--

Sessão n.º2: “Degraus para uma atuação na educação para a saúde”	
Local	Sala de reuniões da Instituição.
Data e hora	26 junho 2019; 15:30h-17:00h.
Presenças	Dra. Carminho, Dra. Laura (ET); Ed. Cláudia, Ed. Lucas, Ed. Maria, Ed. Patrícia (EE).
Descrição	<p>A segunda sessão da Ação 3 “A Saúde nas nossas Mãos” realizou-se no dia 26/06/2019 pelas 15:30h, tendo contado com a presença de 6 profissionais. Em conversa intencional com os profissionais eles transmitiram achar melhor que da equipa educativa estivessem presentes nesta sessão apenas os profissionais responsáveis na altura pelo plano de atividades. Todavia, referiram a importância de todos os colegas estarem a par do que se discutia e refletia, tendo-se comprometido a partilhar com os colegas as questões exploradas nesta sessão. Assim, para esta sessão levámos connosco o que tinha sido anteriormente construído com as jovens, nomeadamente a cartolina com as suas noções, partilhando com os mesmos as reflexões a que chegámos com as jovens e assim suscitámos também</p>

	<p>a reflexão dos profissionais sobre o assunto, com o intuito de delinear uma intervenção participada. Desta forma, a reflexão com os profissionais partiu do refletir sobre o estado atual (situação atual) para um estado que era desejado relativamente ao assunto em questão, refletindo sobre onde estávamos e o que precisávamos de fazer para chegar onde pretendíamos, tendo em consideração as percepções e vontades deles e das jovens. Para isso, utilizámos o quadro branco que tinha na sala e desenhámos com o marcador azul uma escada (representando degraus), pois considerámos que visualmente seria mais fácil para os profissionais entenderem e referimos que iríamos lançar algumas questões e que a ideia era eles refletirem sobre as mesmas, trazendo os seus contributos para “cima da mesa”. Sendo do conhecimento de todos o problema base que estava a ser alvo de discussão na sessão, as primeiras perguntas que fizemos foram “onde é que estamos agora? Qual é a situação atual? Qual é o problema? O que é que está a acontecer agora?” e referimos que o agora era na base da nossa escada, desenhando um boneco nesse sítio com o número 1, representando o primeiro passo. Perante isso, os profissionais partilharam que “temos muitas meninas que apresentam falta de higiene a vários níveis... que não fazem exercício e ficam muitas horas sentadas. É preocupante ver a forma como pensam sobre a sua saúde” (Ed. Lucas); “tentamos muito dar dicas de saúde e bem estar, mas elas muitas das vezes não nos ouvem, por sermos nós...” (Ed. Maria); “elas revelam muita dificuldade em saber escolher a roupa de forma adequada tanto para as estações do ano como para diferentes situações do quotidiano” (Dra. Carminho); “têm tendência para vir falar mais com as profissionais mulheres sobre assuntos relacionados com a higiene íntima, mas já me transmitiram que não se sentem muito à vontade para o fazer... talvez porque somos pessoas que convivemos diariamente com elas e porque são questões muito pessoais. Independentemente disso, elas têm de ter acesso a informação e nós somos os responsáveis por fazer com que elas sejam informadas, apostando em práticas que as ajudem” (Ed. Cláudia); “não sabem como se apresentar para</p>
--	--

	<p>determinadas situações como por exemplo fazer maquiagem ou penteados, como já elas referiram e não têm muita consciência relativamente à alimentação”, isto permitiu-nos perceber as percepções dos profissionais, conseguindo-se um entendimento relativamente ao estado atual e às dificuldades que impediam de seguir um caminho mais voltado para a educação para a saúde.</p> <p>Depois, apontando para a base da escada e simultaneamente para o topo da mesma, dissemos que a ideia era pensarmos onde queríamos chegar. Para isso, direcionámos algumas questões como: “o que é preciso ser feito? O que é que desejamos? Qual é o caminho que precisamos trilhar?”, referindo que pensando nessas questões subiríamos os degraus, chegando ao topo da escada, desenhando outro boneco nesse sítio com o número 2, representando o lugar onde queríamos chegar. Pensámos juntos no problema atual relacionado com a falta de higiene e ausência de cuidado pessoal por parte das jovens e pensámos o que poderíamos fazer para as ajudar nesse sentido, trabalhando as questões que as mesmas sugeriram: “dar informação às jovens sobre os vários assuntos” (Ed. Lucas); “dar a oportunidade de serem feitas ações novas dentro e fora da instituição que as ajude neste caminho”; “muni-las de competências para serem jovens cada vez mais responsáveis” (Ed. Cláudia); “elas sentirem que têm responsabilidade pela sua saúde e que têm consciência do bem para elas” (Ed. Maria) foram as respostas que mais se ouviram e que simbolizaram o desejo dos profissionais. As questões seguintes que fizemos estavam relacionadas com os obstáculos, pois refletimos juntos que se sabíamos o que estava a acontecer (passo 1) e se sabíamos o que precisávamos para chegar até ao topo da escada (passo 2) é porque existiam algumas coisas no meio do caminho que nos atrapalhavam e dificultavam a nossa chegada ao lugar onde gostaríamos de estar. Assim, tentámos entender quais eram os obstáculos que nos impediam de conseguir o que queríamos, tendo desenhado a meio da escada tracejados e escrito o número 3 que representavam os obstáculos. Como obstáculos que atrapalhavam a caminhada os profissionais</p>
--	--

	<p>apresentaram: “é complicado sair da instituição com elas” (Dra. Laura); “não temos formação suficiente para lhes falar de determinados assuntos” (Ed. Patrícia); “eu também acho que um dos grandes problemas é a sobrecarga do trabalho que temos e o tempo que (não) sobra para apostarmos de forma intensa nestas dimensões” (Ed. Maria); “os problemas de comunicação” (Dra. Carminho), tendo os profissionais concordado com os obstáculos que foram referidos. Todavia, a Ed. Cláudia referiu que “mas será mais fácil se unirmos forças e tentarmos fazer algo em relação a isto”. Aproveitando essa partilha, referimos que era verdade que tínhamos obstáculos, mas que todos eles tinham pontos fortes enquanto pessoais individuais e enquanto equipa que os ajudariam a chegar onde queríamos, sendo que colocámos o número 4 no boneco que estava na base da escada e sinais de +, representando assim os pontos fortes e os pontos positivos que eles tinham, questionando: “quais são os nossos pontos fortes hoje?”. Apesar de inicialmente ter existido uma certa estranheza em falar desses pontos fortes, os profissionais acabaram por conseguir pensar nos mesmos. Nos discursos dos profissionais surgiram: “permitimo-nos falar sobre os assuntos” (Dra. Laura); “temos facilidade em contactar com pessoas que nos podem ajudar” (Dra. Carminho); “preocupámo-nos com o bem-estar das jovens” (Ed. Cláudia); “sabemos reconhecer as ideias uns dos outros” (Ed. Patrícia); “todos sentimos responsabilidade de atuar com o melhor que temos” (Ed. Maria); “apesar dos desafios diários, temos pensamento positivo e acreditamos que é possível alcançar metas desejáveis” (Ed. Lucas). Para além desses, os profissionais apontaram outros aspetos positivos, como: a determinação que existia dentro das equipas, expondo que acreditavam no potencial das equipas e que acreditavam que juntos poderiam alcançar os objetivos; a comunicação que “embora exista alguns problemas o que é normal, pois somos uma equipa grande, tentamos muito ser a voz que faz a diferença, trocando ideias que fazem com que evoluímos juntos” (Ed. Cláudia); o espírito de equipa, afirmando que quando queriam eram uma equipa que “trabalha em</p>
--	--

	<p>prol do mesmo foco, usando os nossos diversos conhecimentos e competências como um todo” (Dra. Carminho), “conta com o envolvimento cada vez maior de todos os elementos” (Dra. Laura); a química, sendo que sobre essa, os profissionais referiram “é inegável que quando se cria um ambiente de entendimento e empatia conseguimos trabalhar e ter resultados mais satisfatórios e eu sinto que somos capazes de transparecer, muitas das vezes, essa química” (Ed. Cláudia), sendo uma opinião partilhada pelos colegas; também apontaram a diversidade como um ponto forte, onde expressaram que “o facto de sermos uma equipa constituída por elementos muito diferentes, que pensam e agem de forma distinta temos a possibilidade se quisermos de oferecer às jovens intervenções mais completas” (Ed. Lucas), tendo a Ed. Cláudia acrescentado que “sim, acho que temos entre nós pessoas criativas, decididas, cautelosas, comunicativas, entre outras, o que nos dá perspetivas diferentes de como podemos chegar a determinados fins e tenho em mim que a diversidade pode ser no sentido de as pessoas se completarem umas às outras”; por fim, apontaram a flexibilidade como outro ponto forte: “sinto que estamos sempre abertos a novas iniciativas” (Dra. Carminho), “as constantes mudanças exigem essa flexibilidade das instituições e acho que isso é um dos nossos pontos fortes” (Dra. Laura); “oferecem-nos liberdade e autonomia para apostarmos naquilo que considerámos importante” (Ed. Cláudia); “temos a capacidade de trocarmos de lugar, para nos adaptarmos às necessidades do grupo e do trabalho que desenvolvemos” (Ed. Maria); “temos a consciência de que para aperfeiçoarmos o nosso trabalho muitas das vezes implica mudar a forma como trabalhamos em grupo enquanto equipa e com o grupo de jovens” (Ed. Lucas). Concluimos que chegámos juntos aos pontos fortes que tinham ao seu favor para superar os obstáculos sentidos e que os poderiam ajudar a superar os objetivos.</p> <p>Após isso, foi a altura de pensarmos nas estratégias que poderíamos mobilizar (passo 5), desenhando setas de degrau em degrau que representavam os pulos que iríamos dar para passar por</p>
--	--

	<p>cima dos obstáculos. Então, lançámos as seguintes questões: “quais são as estratégias? O que podemos fazer? O que já pensaram? Que ideias já tiveram para superar este desafio? O que já pensaram enquanto grupo?”, sendo que a Dra. Carminho referiu que “nós enquanto equipa já há muito tempo que pensamos em pedir a colaboração de pessoas de fora que nos ajudem nesta situação”; “nós já pensamos em fazer dinâmicas relacionadas com os vários temas, tendo em conta o que as jovens sentem que precisam de falar” (Ed. Maria); “percebe-se que elas se preocupam com a imagem, mas estão outras coisas relacionadas com isso. Elas precisam e dão a entender que gostavam de ter mais informação” (Ed. Cláudia). Os profissionais foram da opinião que tentar apostar no contacto com a comunidade seria uma boa estratégia, uma vez que “elas estão mais dispostas para aprender quando são pessoas de fora” (Ed. Patrícia); “elas gostam de receber pessoas novas” (Ed. Cláudia); “são mais dispostas para o diálogo quando lhes são possibilitadas coisas novas” (Ed. Lucas); “seria bom no sentido de partilharem momentos com outras pessoas” (Dra. Laura); “seria uma boa oportunidade para exporem as suas dúvidas com pessoas que as poderiam ajudar” (Ed. Carminho), tendo a Ed. Maria concordado com o que disseram.</p> <p>Numa fase seguinte da sessão, propusemos que pensássemos acerca do conceito de saúde de forma abrangente, bem como na sua promoção, existindo um momento de partilha de opiniões sobre os assuntos. Os profissionais referiram: “eu acho que a saúde é uma das dimensões mais importantes da e para a qualidade de vida” (Dra. Carminho); “a partir do nosso dia a dia conseguimos reconhecer que a saúde e a qualidade de vida estão relacionadas entre si. Falando particularmente das jovens, a saúde contribuí para melhorar a sua qualidade de vida e essa é fundamental para que elas tenham saúde. Se apostarmos na saúde estamos a apostar na qualidade de vida delas” (Ed. Lucas); “eu considero que a saúde enfatiza tanto os recursos sociais como pessoais, bem como as capacidades físicas e não é unicamente da responsabilidade do setor de saúde. Vai muito além de estilos de vida saudáveis, na direção de um bem-estar</p>
--	---

	<p>integral” (Dra. Laura); “a saúde tem a ver com a qualidade de vida e esses devem ser encarados enquanto conceitos positivos e ligados ao desenvolvimento pessoal e social das jovens” (Ed. Cláudia); “a construção da saúde e do bem-estar pode prevenir sérios problemas para elas e para a sociedade” (Ed. Maria); “a promoção da saúde no sentido de oferecermos às jovens uma visão holística, tornando-as capazes de se olhar como um todo, de forma abrangente, pois ser-se saudável é muito mais do que a inexistência de doenças e elas precisam de tomar consciência disso” (Ed. Patrícia). Para além disso, os profissionais também expressaram que “promover a saúde não é só melhorar a condição de saúde, mas melhorar a qualidade de vida e o nosso bem-estar” (Ed. Carminho); “eu acho que é necessário todo um trabalho de prevenção no contexto da promoção da saúde. Falo de um conjunto de atitudes que devemos ter de modo a evitar determinados acontecimentos nas vidas delas” (Ed. Cláudia); “cada um de nós deve perceber a importância da promoção de saúde e agir em conformidade, mas nós enquanto adultos de referência para elas, devemos preocuparmo-nos mais e mais com a saúde delas, dando-lhes ferramentas para que consigam possuir um papel cada vez mais ativo sobre as condições da sua saúde” (Dra. Laura).</p> <p>Após essas partilhas e após termos chegado à conclusão que a aposta em contactar serviços da comunidade poderia colaborar para uma intervenção mais adequada e eficaz, os profissionais ficaram de procurar e entrar com profissionais que nos ajudassem, reconhecendo a importância de ações que poderiam ser utilizadas como recursos pedagógicos para a prática de educação em saúde. Assim e tendo em consideração as dimensões elegidas pelas jovens, os profissionais ficaram de estabelecer contactos com profissionais da área da saúde, da consultoria de imagem, da nutrição, da área de cabeleireiro e ainda da área do desporto, convencendo-os a participar connosco nesta aventura. Para isso, tendo todos aceite o desafio, organizaram-se entre si e distribuíram tarefas por cada um deles, não sendo esta divisão de tarefas feita na sessão, mas sim noutra momento escolhido e organizado por eles, dando-se assim a</p>
--	---

	<p>abertura para que eles pudessem partilhar com outros colegas as informações e respeitando-se o tempo deles. No entanto, os profissionais transmitiram que pensando nos contactos que poderiam fazer seria difícil arranjar alguém ligado à área do cabeleireiro. Perante essa partilha, e nós tendo entre nossos amigos, contactos de pessoas dessa área, ficamos nós responsáveis e comprometidos em realizar esse contacto.</p> <p>No final da sessão gerou-se uma reflexão sobre a mesma, onde cada um dos profissionais expressou a sua opinião sobre o que tinha sido realizado, bem como a sua percepção do que esta Ação poderia exigir deles. Os profissionais como conclusões partilharam que “todos os momentos que tenho contigo e com os meus colegas no âmbito deste Projeto fazem-me refletir que o “não é possível” não deve existir no nosso discurso, mas sim que devemos pensar que os nossos limites só são definidos por nós e se nós quisermos nós conseguimos melhorar as intervenções. Fico muito contente por saber que aceitamos este desafio com entusiasmo. Sei que a flexibilidade que assumimos ter pode conter riscos, mas eu acredito que quando as ações são feitas com ponderação, reflexão e participação plena não há espaço para correr mal” (Ed. Cláudia); “eu gostei muito da sessão. Não é questão de transformamos os nossos pontos negativos em positivos, mas refletir em todos eles e refletir o que podemos fazer para melhorar. Esta sessão ajudou-nos nisso, a clarificar as ideias e pegando no que a Cláudia disse, também nos auxiliou a transformar o “não é possível” em “vamos pelo menos tentar” (Ed. Maria); “este encontro foi bom para nos apercebermos dos pontos fortes que temos e que podemos usar para superar diferentes desafios, abraçando começos novos” (Dra. Laura); “esta sessão trouxe um novo enfoque e uma ampliação do conceito de saúde que no fundo as jovens também refletem sobre ele, de maneira diferente e às vezes inconscientemente, mas refletem” (Dra. Carminho); “fez-me refletir que há obstáculos que precisamos de ser capazes de identificar para os pular, como disseste. Tenho perfeita noção que muitas vezes não conseguimos colocar em prática o nosso</p>
--	--

	<p>potencial, porque esses obstáculos dificultam o caminho, mas o importante será estarmos juntos e pensar quais são essas barreiras e como podemos superá-las” (Ed. Lucas); “esta sessão ajudou-nos a encontrar uma solução para o desafio e é uma forma que podemos mobilizar daqui em diante para pensarmos sobre outros problemas. Foi uma forma muito dinâmica de pensarmos sobre o assunto” (Ed. Patrícia). A Ed. Cláudia destacou que “pudemos traçar um outro rumo, tendo em conta o que é importante para elas”, tendo a Dra. Laura acrescentado que “ajudou-nos a chegar a uma solução e a ter uma clareza maior sobre algo que precisa realmente de ser feito, pois só ao investirmos nestas questões é que consideramos a saúde num sentido mais amplo e daremos a oportunidade para elas participarem de forma ativa em todo o processo”. O Ed. Lucas referiu que “a entrega da equipa para superar os desafios depende muito do espírito de cada um, mas nós também podemos ter o papel de incentivar o próximo a dar o seu melhor” e a Dra. Carminho concluiu reforçando que “tudo o que viermos a conseguir será uma extensão do trabalho que diariamente tentamos desenvolver aqui”.</p> <p>No término da sessão, os profissionais comentavam entre si e reconheceram a importância de definirmos um prazo para estabelecermos os diferentes contactos e propuseram que nos encontrássemos num outro dia para partilharmos o ponto da situação. Assim, de forma unânime, definiu-se que seria razoável destinar uma semana para a realização dos contactos, tendo a próxima sessão ficado agendada para dia 4 de julho ao início da tarde.</p> <p>É importante referir que nesse mesmo dia, em conversa intencional com a Diretora técnica partilhámos o que trabalhámos na sessão e a profissional expressou que “na sua atuação, o lar deve ser um recurso aberto à comunidade. Deste modo, é um gosto quando pudemos contar com a colaboração de outras pessoas, fazendo o melhor para elas. Elas precisam muito e é uma ajuda para todos nós. Se conseguirmos acredito que será uma aprendizagem para todos. Pois como já nos disseste e porque acredito nisso, nesta</p>
--	--

	<p>área, nós podemos ensinar muito, mas elas também nos ensinam se lhes dermos oportunidades para isso”. Para além disso, similarmente à opinião trazida pela Ed. Cláudia na sessão, a Diretora técnica também expressou que “as jovens gostam de receber pessoas novas e costumam recebê-las muito bem”.</p>
--	---

Sessão n.º3: “Construindo pontes: ponto da situação”	
Local	Sala de reuniões da Instituição.
Data e hora	4 julho 2019; 14:30h-15:30h.
Presenças	Dra. Carminho, Dra. Laura (ET); Ed. Cláudia, Ed. Lucas, Ed. Maria, Ed. Patrícia (EE).
Descrição	<p>A terceira sessão da Ação 3 “A Saúde nas nossas Mãos” realizou-se no dia 04/07/2019 pelas 14:30h, tendo contado com a presença dos 6 profissionais. Na sequência da sessão realizada no passado dia 26/06/2019, os profissionais partilharam que seria importante reunimos para fazermos o ponto da situação. Assim, o objetivo desta sessão foi realizar o ponto da situação relativamente à questão dos contactos com os outros profissionais, refletindo-se sobre a forma como o processo estava a decorrer, tendo em consideração os objetivos que tinham ou não sido atingidos, as perspetivas que tinham e que medidas teriam de ser tomadas para corrigir o rumo caso houvesse a necessidade disso.</p> <p>Relembrando o que se passou na sessão anterior, os profissionais ficaram responsáveis por contactar com diferentes pessoas e ver até que ponto essas estariam disponíveis a abraçar este desafio connosco, trabalhando nas diferentes áreas e envolvendo as jovens. No início da sessão, a Dra. Carminho salientou que ao longo do processo foi importante definir metas claras, para que o mesmo não fosse posto em causa e a Ed. Maria referiu que “quando saímos da sessão anterior foi importante reunirmos num outro momento em que todos tivemos disponibilidade e distribuímos tarefas, porque assim todos soubemos quais eram os próximos passos que teríamos</p>

	<p>de dar”. Assim, os profissionais partilharam a distribuição de tarefas e o que tinham conseguido.</p> <p>A Dra. Carminho começou por partilhar que tinha ficado responsável por contactar profissionais da área da saúde, tendo referido que “comecei a fazer contactos a partir do dia 27. Primeiro, contactei clínicas de saúde daqui da zona e universidades ligadas à área, mas não se mostraram muito recetivos, uma vez que se encontravam ocupados com outros projetos e por isso, tinham pouca disponibilidade. Depois lembrei-me que poderia tentar entrar em contacto com unidades de saúde locais e foi o que eu fiz a partir do dia 29 pela manhã. Falei com uma senhora que me atendeu o telefone e expliquei a situação, referindo o nosso objetivo e dizendo quantas jovens estariam presentes nas sessões e ela ficou de me dar alguma resposta até ao final daquele dia. Ao fim da tarde contactou para o telefone daqui e disse-me que seria possível contar com a colaboração deles, tendo questionado se teríamos transporte para ir com as jovens até lá e se as mesmas iriam acompanhadas por profissionais. Para além disso, explicou-me que estavam habituados a realizar sessões de sensibilização dessas áreas e que por isso já tinham algum material disponível para as sessões, questionando se estaríamos disponíveis para nos deslocarmos até lá na semana de dia 8. Perante isso, consultei os planos diários da instituição, bem como os compromissos das jovens e referi que teríamos disponibilidade dias 10, 11 e 12 para acompanharmos as jovens”, tendo ficado agendadas para esses dias sessões sobre a higiene corporal, a higiene íntima e a higiene oral que seriam organizadas e orientadas por médicos e enfermeiros.</p> <p>A Ed. Maria referiu que tinha ficado encarregue por estabelecer contactos com profissionais da área de nutrição, tendo exposto que “quando distribuímos as tarefas tivemos em atenção os nossos contactos pessoais e a facilidade que achávamos que teríamos em conseguir determinados contactos. Eu partilhei com os meus colegas que tinha entre as minhas pessoas conhecidas uma nutricionista e por isso para mim foi fácil fazer este contacto e a pessoa mostrou-se</p>
--	---

	<p>logo disponível para vir até aqui a casa dinamizar sessões com as jovens, tendo referido que estaria disponível para realizar uma primeira sessão dia 19. Depois partilhei esta informação com as técnicas e com os colegas e vimos que seria possível recebê-la, tendo ficado marcado para o início da tarde”.</p> <p>A Dra. Laura e a Ed. Patrícia, tendo ficado responsáveis por procurar e contactar profissionais de consultoria de imagem, referiram que “foi muito difícil. Dividimos tarefas pelas duas, pesquisamos na internet e contactamos quer profissionais individuais da área como clínicas que prestam o serviço. Algumas não atenderam, outras disseram que estavam cheias de trabalho e outras expressaram que não estavam acostumadas a fazer este tipo de intervenção. A nossa esperança está numa empresa que tem este serviço e ficaram de nos contactar ainda esta semana a dizer se poderíamos contar com eles”.</p> <p>O Ed. Lucas e a Ed. Cláudia referiram que tinham ficado responsáveis pela área do desporto, tendo referido que: “em conversa com os outros colegas pensamos que relativamente a esta área poderíamos nós realizar algumas coisas com elas, pois temos entre a equipa profissionais ligados ao desporto” (Ed. Luís), tendo a Ed. Cláudia acrescentado que: “par além de eu também estar ligada ao desporto, já falamos com os outros dois profissionais ligados a desportos e eles acharam uma boa ideia realizarmos jogos de basquetebol e de futebol que são atividades que elas gostam. Para além disso, temos um espaço exterior que nos permite isso. Falámos na possibilidade de as levar até campos ou parques onde pudessem praticar exercício físico, mas isso é uma ideia ainda muito crua. Para já vamos tentar apostar em atividades aqui dentro principalmente aos fins de semana e vamos ver como corre”.</p> <p>Nós tendo entre pessoas conhecidas na área do cabeleireiro, conseguimos entrar em contacto com algumas delas e uma delas demonstrou-se disponível em orientar sessões sobre maquilhagem, penteados e manicure, sendo que partilhámos com os profissionais o que a mesma nos disse: “será um gosto fazê-lo. Sempre tive ligada</p>
--	---

	<p>a projetos fora do meu cabeleireiro. Vou a hospitais cuidar de crianças, adultos e idosos e a casa de pessoas idosas tratar delas. Este será um desafio diferente, mas porque não? Sempre desejei estar em contacto também com jovens e puder ajudá-las. O que estiver ao meu alcance podem contar comigo”. No entanto, a profissional cabeleireira referiu que só estaria disponível para orientar as sessões às segundas-feiras, uma vez que era o dia de folga dela.</p> <p>No final da sessão, o feedback recebido dos profissionais foi bastante positivo, sendo de destacar a motivação que demonstravam no discurso: “estou muito entusiasmada e muito desejosa para ver no que poderá surgir daqui” (Ed. Maria); “gostei desta parte de tentarmos de tudo para conseguir voluntários. Foi difícil, mas acho que estamos num bom caminho” (Ed. Patrícia); “precisamos mesmo de ajuda de outros profissionais para ajudarmos as jovens de forma mais adequada” (Dra. Carminho); “vai ser um grande desafio sairmos com elas e abrirmos as portas da nossa casa para outras pessoas, mas tenho certeza que será uma grande oportunidade e muito rico para elas” (Dra. Laura); “isto só é possível se tivermos pessoas dispostas a contribuir connosco, por isso, saio desta sessão mesmo muito contente com o que conseguimos” (Ed. Cláudia). O Ed. Lucas salientou a importância que o trabalho em equipa teve para nesta sessão se terem visto resultados, tendo reforçado que “eu senti que houve espírito de equipa e que tiramos partido dessa união que se criou. Percebemos que os recursos humanos podem ser o nosso trunfo enquanto grupo e não como sujeito isolados”. No mesmo seguimento, a Ed. Cláudia expôs que “é claro que trabalhar em equipa acarreta muitas vantagens quer para cada um de nós quer para a instituição. Sinto que nesta ação estamos a depositar empenho, convicção e harmonia e isso faz a diferença”.</p> <p>Estando todos a par da intervenção que se estava a tentar e da responsabilidade que era, a Dra. Carminho falou connosco sobre a importância de convocar todos os voluntários para uma reunião, expondo que seria uma reunião onde estaria presente a Diretora técnica, pelo menos um elemento da equipa técnica e um da equipa</p>
--	--

	<p>educativa. Desta forma, garantiu-se que os voluntários tivessem um primeiro contacto com a instituição e com as equipas de trabalho, antes de estar em contacto com as jovens, onde o objetivo da reunião foi falar sobre o contexto e sobre as jovens em si. Percebeu-se que esta tinha sido uma ideia já falada e discutida entre a equipa e já com os voluntários pelo telefone, o que demonstra que os profissionais se organizaram e tomaram as devidas diligências que consideraram pertinentes. Para se rentabilizar o tempo e respeitando a disponibilidade dos profissionais e dos voluntários, tentou-se que fosse apenas só uma reunião, tendo essa reunião decorrido no dia 8 e contado com a presença dos voluntários ligados à alimentação, à imagem e à sexologia. Nesse mesmo dia, os voluntários após terem conversado com os profissionais, tiveram a oportunidade de entrar dentro da casa, onde foram as jovens a apresentar-lhes os espaços da casa.</p>
--	--

Sessão n.º 4: “O despertar de ideias sobre a higiene corporal”	
Local	Unidade de Saúde Familiar.
Data e hora	10 julho 2019; 14:30h-16:00h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes, Sacaninha e Yasmine.
Descrição	<p>A quarta sessão da Ação 3 “A Saúde nas nossas Mãos” realizou-se no dia 10/07/2019 pelas 14:30h, tendo contado com a presença das 9 jovens. Esta decorreu nas instalações da Unidade de Saúde Familiar e foi orientada por dois enfermeiros do género masculino.</p> <p>Numa fase inicial os profissionais apresentaram uma frase que dizia “Higiene pessoal é necessário para manter o teu corpo limpo e saudável!”, sendo que a partir dessa tentaram com que as jovens participassem dizendo as vantagens de ter a dita higiene pessoal. Com as contribuições das jovens, chegámos à conclusão que haviam pelo menos três vantagens, sendo elas: a menor suscetibilidade a doenças, a melhoria da aparência e a melhoria da autoestima. Depois, apresentaram um <i>powerpoint</i> sobre práticas de higiene</p>

	<p> pessoal que abordava aspetos relacionados com o banho diário, com os cuidados com a roupa, com a importância de lavar as mãos frequentemente, com o cortar as unhas e mantê-las limpas e ainda com o dormir, suscitado no grupo reflexões sobre as várias práticas de higiene pessoal. Relativamente ao banho discutimos a importância de esse ser realizado diariamente, falámos sobre o facto de a pele ter várias glândulas especiais que produziam suor e que a falta do banho podia provocar a abundância gradual dessas substâncias que se somavam às sujidades exteriores, como as poeiras, terras, areias, etc. Para além disso, as jovens foram expondo algumas consequências da falta do banho, sendo que juntos chegámos à conclusão que poderiam aparecer assaduras, odores desagradáveis e o risco de aparecimento de piolhos e sarna. Falámos sobre a questão de usar roupa lavada diariamente e refletimos que o corpo humano regulava, automaticamente, a sua temperatura quando estava exposto ao frio ou ao calor, refletindo-se que quando havia exposição aos excessos de temperatura, poderiam surgir alterações no organismo. Perante isso, discutimos a importância do vestuário na conservação da temperatura corporal. Ainda sobre a questão do vestuário, além de ter sido reforçado a necessidade de usarmos roupas sempre limpas e de ter um lugar próprio para guardar as roupas sujas, falámos da necessidade de andarmos calçados, dado que uma das jovens partilhou que gostava de andar descalça, refletindo-se sobre o perigo que corríamos quando andávamos descalços. Sobre a lavagem das mãos surgiu uma reflexão acerca dos momentos em que se deveria fazê-lo, tendo-se chegado à conclusão que depois de ir à casa de banho, antes de comer ou mexer na comida e após mexermos em coisas; relativamente às unhas, a par de terem falado da importância sobre cortá-las e limpá-las, também se falou de uma prática que as jovens reconheciam ter e não gostavam: o roer as unhas. Vários questionamentos foram surgindo das jovens para os profissionais como destes para elas, para se refletir sobre os assuntos referidos acima e com o objetivo de levar as jovens a refletir e a questionar sobre as suas atitudes face à </p>
--	---

	<p>higiene, surgiram várias questões, como: o que podemos fazer para conservarmos o nosso corpo limpo? Que cuidados devemos ter com o nosso cabelo e unhas? Como devem estar as roupas que usámos quando vamos para a escola ou quando saímos de casa? Que roupas devemos usar para dormir? E para passear? Como devem ser as roupas nos dias em que está frio ou quando está calor?, sendo que as jovens foram respondendo à medida que quiseram e quando se sentiam à vontade para o fazer e os profissionais foram partilhando exemplos práticos pessoais seus. É de referir que, como elas nos transmitiram, o facto de as questões terem sido feitas para o grupo, no plural, fizeram com que as mesmas se sentissem mais à vontade, participando de forma livre.</p> <p>Ao longo da apresentação que as jovens consideraram apelativa, foram dando contribuições e foram levantando várias questões sobre os diferentes tópicos, nomeadamente: “devemos lavar o cabelo todos os dias ou dia sim dia não? Falam de andar com roupa lavada todos os dias, mas referem-se à roupa normal ou à roupa interior? Quantas horas devemos dormir?”, sendo que os profissionais estiveram disponíveis para responder às perguntas que foram surgindo e todas as jovens foram dando o seu parecer, ajudando-se mutuamente no despertar de ideias sobre os diferentes assuntos. Os profissionais adotaram uma postura de abertura perante as questões das jovens e reconheceram a importância do saber ser extensivo a todas elas, facilitando a sua forma de comunicar para que as jovens se apropriassem do conhecimento a respeito do corpo e sobre a importância de colocarem em prática certos hábitos que contribuiriam no cuidado com o corpo.</p> <p>Posteriormente, apresentaram outra frase que dizia “Se tiveres má higiene, podem aparecer várias doenças!”, tendo sido pedida a colaboração de jovens para decifrarem algumas dessas doenças, sendo que com os contributos delas e com o conhecimento dos profissionais, falámos de micoses, bactérias e vermes. Nesse seguimento, uma das jovens levantou a questão “o que é a sarna? É causada pela falta de higiene, correto? É contagioso? Como se</p>
--	---

	<p>apega”, sendo que referiam que a sua curiosidade se prendia com o facto de terem tido casos desses entre as jovens. Após um tempo de discussão e reflexão sobre essa questão trazida para o “centro da mesa”, os profissionais explicaram que a sarna era um ácaro que se infiltrava na pele e provocava borbulhas com crosta e que davam muita comichão e que a forma de transmissão era pela pele e pela roupa. Refletindo conjuntamente sobre os cuidados a ter, surgiram: lavar toda a roupa e lençóis a temperaturas altas e colocar um medicamento na pele.</p> <p>Com o objetivo principal de conscientizar as jovens para o direito à saúde, sensibilizando-as para a busca permanente da compreensão dos seus determinantes e capacitá-las para a utilização de práticas de promoção, proteção e recuperação da saúde, os profissionais nesta sessão procuraram com que as jovens partilhassem de forma espontânea aspetos que aconteciam no seu dia a dia, fazendo-as perceber a necessidade de adquirir bons hábitos de higiene, de identificar doenças causadas pela falta de higiene, de discutir e refletirem sobre a forma como faziam a sua higiene, estimulando-as para a prática correta de tomar banho, usar roupa lavada, lavar as mãos, cortar as unhas e limpá-las e dormir bem. Por outras palavras, foi objetivo deles fazer com que as jovens adotassem hábitos de autocuidado, respeitando as possibilidades e limites do próprio corpo, levando-as a perceber que cada corpo é um corpo, mas que carecem todos de ser bem cuidados. Ao longo da sessão foram interagindo com as jovens de forma dinâmica e fizeram espécie de pequenos jogos como por exemplo descobrir as diferenças do que era certo ou errado em determinadas imagens, possibilitando caminhos de educação e aprendizagem mútua.</p> <p>Os profissionais concluíram a sessão a transmitir que quando nós percebíamos que determinados hábitos nos ajudavam a viver melhor, estaríamos mais motivados a colocá-los em prática com regularidade. No fim da sessão, questionaram as jovens o que era para elas ser saudável, tendo-se concluído em unanimidade que ser saudável era, além de tudo o que referimos, também estabelecer</p>
--	---

	<p>bons hábitos e compreender que o nosso corpo merecia sempre um cuidado especial. Distribuíram pelas jovens um panfleto que continha informações e dicas sobre que cuidados de higiene corporal deveriam ter no dia-a-dia.</p> <p>No final da sessão, agradecemos aos profissionais a possibilidade que nos tinham dado ao contar com a sua cooperação e nos discursos das jovens ouviram-se expressões como: “gostei muito da sessão” (Luana); “foram muito simpáticos e cativantes” (Ariana); “levamos connosco regras de boa higiene” (Lili); “consegui perceber e pensar sobre a importância de adquirir bons hábitos de higiene” (Sacaninha); “foi mesmo muito interessante” (Bandeirinha Júnior); “orientaram-nos e alertaram-nos para o cuidado com o nosso corpo” (Núria); “é um assunto abrangente, mas tivemos a oportunidade de vir falar sobre ele com pessoas que percebem e isso foi muito bom” (Pipoca Mendes); “levo a ideia que o nosso corpo é especial e merece carinho e cuidados pessoais” (Yasmine); “conseguiram falar de um assunto tão importante de forma engraçada. Acho que nos ficou tudo na cabeça” (Fred).</p>
--	---

Sessão n.º5: “O despertar de ideias sobre a higiene íntima”	
Local	Unidade de Saúde Familiar.
Data e hora	11 julho 2019; 14:30h-16:00h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes e Yasmine.
Descrição	<p>A quinta sessão da Ação 3 “A Saúde nas nossas Mãos” realizou-se no dia 11/07/2019 pelas 14:30h, tendo contado com a presença de 8 jovens (a Sacaninha encontrava-se em fuga, não tendo participado nesta sessão). Esta decorreu nas instalações da Unidade de Saúde Familiar e foi orientada por duas enfermeiras do género feminino e contou com a presença de uma médica.</p> <p>Ao longo da sessão, as enfermeiras recorreram a uma apresentação <i>powerpoint</i> e a partir da mesma foram conversando intencionalmente com as jovens sobre informações que</p>

	<p>consideravam pertinentes sobre o assunto e acolheram as dúvidas e preocupações das jovens, ajudando-as a clarificar algumas ideias, bem como a refletir sobre as várias questões. Várias questões surgiram por parte das jovens, tais como: “como devemos lavar e limpar a zona genital? O que não devemos fazer? Que roupa interior devemos usar? Podemos usar pensos diários? Pensos diários ou tampões? E durante a menstruação, que cuidados devemos ter? E após relações sexuais?”, tendo as profissionais referido que elas tinham focado aspetos muito importantíssimos e que estávamos ali reunidos para falar abertamente sobre essas questões, mostrando às jovens disponibilidade e respeito pelas suas dúvidas.</p> <p>Numa fase inicial, as enfermeiras tinham consigo uns cartazes com o aparelho genital feminino, onde se buscou clarificar os órgãos genitais internos e externos. Depois, focando-se sobre a higiene íntima diária na adolescência, as profissionais referiram que era normal as jovens se sentirem mais inseguras dado que passavam por alterações hormonais e pelo aparecimento dos períodos menstruais. Contudo, referiram que alguns cuidados e uma adequada rotina de higiene diária permitiriam às jovens se sentirem melhores com elas próprias, fazendo-as sentir mais seguras e confiantes. Debruçando-se sobre a questão como lavar e limpar a zona genital, através do momento de partilha, chegámos à conclusão que era importante ser com água corrente e com produtos de higiene íntima com movimentos delicados de frente para trás; secar com toalhas secas, limpas e suaves; e com frequência de uma a três vezes por dia. Para além disso, como uma das jovens questionou se fazia mal lavar a zona genital com uma esponja, falou-se que a higiene deveria ser feita usando apenas os dedos, dado que outros instrumentos poderiam provocar ferimentos.</p> <p>Depois uma das enfermeiras escreveu num quadro “O que não devo fazer” e pediu a colaboração das jovens para juntos chegarmos a algumas conclusões acerca de comportamentos que não devíamos ter. Desta forma, surgiram várias partilhas, entre elas: “ao secar, esfregar a toalha; atividade sexual sem preservativo; introduzir água</p>
--	--

	<p>ou outros produtos no interior da vagina; lavar e limpar de trás para a frente; usar esponjas; usar gel de banho ou sabonete; usar sprays, perfumes, talcos ou toalhitas”.</p> <p>Sobre o vestuário falámos da importância de usar roupa interior respirável (algodão) e sobre a pertinência de trocar diariamente de roupa interior e de evitar roupa justas ou apertadas. Sobre o uso dos pensos diários, refletimos que não devíamos usar com frequência e se nos apercebêssemos que existia excesso de transpiração, deveríamos optar por pensos respiráveis (sem película plástica). Refletiu-se também que durante a menstruação era pertinente uma higiene mais frequente e que não deveríamos usar pensos higiénicos perfumados. Que após o exercício físico a higiene deveria ser realizada logo após a prática dele e que após as relações sexuais, se deveria urinar e lavar a área genital externa. Assim, em jeito de conclusão dessa parte, as enfermeiras recapitularam algumas ideias chave, referindo que “a higiene deve ser feita de uma a três vezes ao dia; superior a três vezes no período menstrual; sempre após a relação sexual e a atividade física, de preferência com água e sabonete especial”. Tendo uma jovem partilhado a sua dúvida relacionada com o odor, perguntando se era normal, as enfermeiras explicaram que embora nem sempre um cheiro forte fosse sinónimo de algo mal, muitas das doenças sexualmente transmissíveis apresentavam mau cheiro como um dos sintomas, tendo recomendado à jovem ser vista por um médico.</p> <p>Posteriormente, falámos sobre as infeções vaginais, dado que as jovens demonstraram curiosidade em perceber que sintomas poderiam estar associados a essas infeções. As profissionais referiram que a presença de infeções nem sempre eram evidentes, uma vez que algumas poderiam não provocar sintomas. No entanto, afirmaram que existia sintomas que poderiam indicar a existência de infeções vaginais. Para isso, as enfermeiras pediram para que as jovens dessem palpites sobre quais achavam que poderiam ser esses sintomas. As jovens envolveram-se e foram transmitindo as suas opiniões da forma como sabiam, sendo que as profissionais foram</p>
--	---

	<p>dando sentido às suas partilhas. Em conjunto, chegámos à conclusão que alguns desses sintomas poderiam ser: dor ou irritação ao urinar; bolhas à volta dos genitais; mau odor; vermelhidão; irritação; frequente vontade de urinar; comichão; borbulhas. Perante isso, a médica expôs que era crucial estarmos atentos a esses aspetos e na presença de alguns deles era conveniente consultarmos o médico de família ou ginecologista para que se fizesse um diagnóstico correto e para saber o tratamento adequado a cada caso. Depois, foi importante pensarmos conjuntamente acerca de alguns cuidados que deveríamos ter para evitar o surgimento de infeções e a irritação da pele, para além da importância de termos uma rotina de higiene diária, pensámos e enumerámos alguns cuidados, como: evitar banhos de espuma e duchas; não utilizar sabonetes perfumados; moderar a utilização de pensos diários, evitando os perfumados, uma vez que prejudicavam a transpiração natural e provocavam calor e a humidade; usar roupas confortáveis, evitando calças e roupa íntimas apertadas; usar roupas íntimas de algodão; trocar de forma rápida os fatos de banho molhados e o vestuário de desporto suado para evitar a manutenção da humidade.</p> <p>As enfermeiras aproveitaram para falar sobre as doenças sexualmente transmissíveis, tendo explicado que normalmente essas se transmitiam ou contagiavam durante uma relação sexual e que o risco de contágio existia durante a relação sexual vaginal, anal ou oral, não apenas quando havia penetração, mas também quando havia um contacto direto com a zona. Por curiosidade, uma das jovens questionou se existia mais do que um tipo de doenças sexualmente transmissíveis, sendo que uma das enfermeiras expôs que sim, tendo referido que existia mais de 30 tipos, onde existiu por parte das jovens uma reação de admiração. Para além disso, as profissionais expressaram que embora muitas delas pudessem ser curadas se o tratamento fosse devidamente cumprido, algumas originavam problemas muito graves e consequências sérias, tendo concluído que o melhor tratamento para essas doenças era mesmo a</p>
--	--

	<p>prevenção, alertando as jovens para a importância de usarem o preservativo.</p> <p>Sobre a questão relacionada com os pensos higiénicos e tampões, a médica transmitiu que ambas tinham função idêntica, embora existisse uma diferença fundamental entre um e outro, referindo que os primeiros eram um produto de proteção externa, dado que absorviam o fluxo menstrual quando saía do corpo e os segundos eram um produto de proteção interna, uma vez que absorviam o fluxo menstrual no interior do corpo. Algumas das jovens partilharam o que usavam, tendo referido que usavam um ou outro, pois se sentiam mais confortáveis, justificando a sua opção. Ao qual as enfermeiras explicaram que a escolha de um ou outro era pessoal e que dependia das nossas necessidades a cada momento e da comodidade que pretendíamos, validando assim a perspetiva das jovens. Ainda sobre esse assunto, as jovens partilharam algumas situações em que sentiam ser mais cómodo usar um ou outro dos produtos e as profissionais aproveitaram para alertar que não era recomendável usar tampões mais de 8 horas seguidas e que deveriam mudar os pensos de forma regular.</p> <p>As profissionais concluíram a sessão a referir que era perfeitamente normal o órgão sexual feminino despertar na fase da adolescência por parte delas um misto de medo, vergonha, dúvidas ou curiosidades. Contudo, expuseram que estavam disponíveis para conversar com elas sobre o que precisassem, sendo que as jovens agradeceram. Para além disso, as enfermeiras alertaram para o facto de que mesmo que as jovens não se deparassem com os sintomas discutidos na sessão, era importante a marcação de consultas com médicos para observações e eventuais aconselhamentos sobre contraceção, pedindo para que elas não tivessem vergonha, pois poderiam ter a certeza que as suas dúvidas eram compartilhadas por muitas outras jovens e que da parte deles eles estavam prontos para lhes responder, ajudando-as. Por fim, agradeceram às jovens por terem sido tão participativas e tão curiosas e distribuíram por cada uma delas um panfleto que continha informações e dicas sobre a</p>
--	---

	<p>higiene íntima. Da parte das jovens demonstraram estar gratas e referiram: “foi muito importante e pode ser que abra a mente a algumas de nós. Fiquei com curiosidade sobre as doenças sexualmente transmissíveis, vou informar-me mais sobre o assunto” (Núria); “deixaram-nos à vontade para falar sobre as nossas dúvidas” (Ariana); “senti-me à vontade para dar a minha opinião sobre os vários assuntos e achei muito bom elas considerarem o que nós já sabíamos ou o que julgávamos saber” (Luana); “conseguimos falar de preocupações que tínhamos” (Yasmine); “ouvi com atenção tudo o que falaram” (Fred); “a nossa higiene diária é muito importante” (Lili); “e deve ser uma higiene diária” (Bandeirinha Júnior); “pensei que ia ser mais constrangedor, mas a verdade é que ajudou a sessão ter sido com raparigas e acho que foi muito útil” (Pipoca Mendes).</p>
--	--

Sessão n.º6: “O despertar de ideias sobre a saúde oral”	
Local	Unidade de Saúde Familiar.
Data e hora	12 julho 2019; 14:30h-16:00h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes e Yasmine.
Descrição	<p>A sexta sessão da Ação 3 “A Saúde nas nossas Mãos” realizou-se no dia 12/07/2019 pelas 14:30h, tendo contado com a presença de 8 jovens. Esta decorreu nas instalações da Unidade de Saúde Familiar e foi orientada por dois enfermeiros: um do género feminino e outro do género masculino. Para além desses, também estiveram presentes na sessão duas médicas e mais um enfermeiro. Similarmente, às sessões anteriormente dinamizadas pelos profissionais da área da saúde, para esta sessão os profissionais em questão também se apoiaram numa apresentação <i>powerpoint</i>, tendo transmitido às jovens que a ideia não era apenas passar-lhes só informações, mas que desejavam que elas se sentissem à vontade para participar ao longo do encontro, trazendo partilhas suas, sendo parte ativa na construção do conhecimento.</p>

	<p>Os enfermeiros começaram por apresentar ao grupo uma frase que dizia “Saúde oral é mais do que um sorriso bonito”, acompanhada de uma imagem de uma criança a sorrir e que continha as palavras: dentes, gengivas, lábios, língua, glândulas salivares, músculos mastigatórios, palato, mucosas e maxilares, sendo que a partir dessa ilustração, explicaram o que era a boca humana e explicando algumas das características gerais da mesma. Ao longo desse momento, foram questionando as jovens se percebiam o que estava a ser dito e pediram para que as mesmas fossem dando opiniões acerca dos diferentes constituintes da boca. Foi a partir desta imagem que os profissionais referiram também que existia uma íntima relação entre dentes bem cuidados e uma boa saúde, expondo que as pessoas com dentes estragados tinham a dificuldade de mastigar em condições, a qualquer momento poderiam sofrer dores violentas e que existia sempre o perigo de doenças muito sérias. Para além disso, os profissionais destacaram alguns fatores estéticos e emocionais relacionados com os bons dentes: a beleza do sorriso e o mal-estar causado em si e aos outros pelo mau hálito.</p> <p>Depois, tendo surgido uma partilha de uma das jovens relativamente a cáries dentárias, falámos e refletimos em conjunto sobre os fatores de risco para o seu desenvolvimento, mas primeiro os profissionais transmitiram de forma clara o que eram as cáries, tendo referido que as mesmas ocorriam quando os alimentos contendo hidratos de carbono ficavam presos entre os dentes e não eram completamente removidos com a escovagem e a utilização de fio dentário. Referiram que as bactérias da placa geravam ácidos que desgastavam o esmalte dos dentes, criando lentamente orifícios nos dentes designados por cáries. Em conjunto refletimos que os fatores de risco para o desenvolvimento das cáries dentárias eram os alimentos e bebidas açucarados, o consumo de tabaco, o consumo de álcool em excesso e a higiene oral deficitária. Perante este debate e partilha de ideias, uma das médicas referiu que se tivéssemos sinais de cáries era extremamente importante consultarmos médicos</p>
--	--

	<p>dentistas para conseguir tratamento, tendo acrescentado que o uso de produtos com fluoreto poderia ajudar a prevenir as cáries. Os enfermeiros questionaram se alguma das jovens tinha ou já tinha tido cáries, sendo que a maior parte respondeu que sim. Perante isso, foram questionadas que sinais ou sintomas sentiram, sendo que as jovens referiram: a dor de dentes persistente, o aumento da sensibilidade dentária, cavidades no(s) dente(s) afetado(s) e sensibilidade na dor. Nesse seguimento, pensámos em dicas que poderiam ajudar-nos a prevenir as cáries, sendo que tendo em conta as várias partilhas surgiram: o reduzir o consumo de açúcares, o uso de fio dentário, o escovar os dentes após todas as refeições, trocar de escova de dentes no máximo a cada 3 meses, escovar sempre os dentes antes de dormir, evitar fumar, beber muita água e visitar o médico dentista regularmente. Uma das jovens partilhou que antes não tinham como ir ao dentista, mas que agora como estava na CAR estava a ser acompanhada por um dentista e que via melhorias significativas na sua boca. Para além disso, outra das jovens partilhou que na instituição havia duas profissionais que estavam encarregues pelo kit de higiene das jovens, referindo que eram elas que trocavam as escovas, tendo em consideração a altura em que precisavam de ser trocadas.</p> <p>Num segundo momento, os profissionais referiram que quando o assunto eram as cáries dentárias, uma boca mais saudável começava com bons hábitos de escovagem e foi aí que então que os enfermeiros colocaram uma dentadura e uma escova de dentes em cima da mesa e perguntaram se havia voluntárias para demonstrar a escovagem dos dentes, tendo referido que a ideia era elas mostrarem como lavavam os dentes e para não se preocuparem com possíveis erros, pois estavam ali para aprender. Assim, quase todas as jovens deslocaram-se até à mesa e fizeram a sua demonstração, sendo que os profissionais iam reforçando o que estavam a fazer bem e iam explicando o que poderiam melhorar. A maior parte das jovens colocou muita quantidade de pasta de dentes na escova, sendo que fomos elucidados que a quantidade deveria de ser equivalente ao</p>
--	--

	<p>tamanho da unha do dedo mindinho; todas as jovens demoraram cerca de um minuto a escovar, tendo os profissionais referido que a escovagem deveria ser entre dois e três minutos. Depois, enquanto o enfermeiro fez a demonstração de escovagem, a enfermeira foi referindo aspetos importantes, acompanhando o que o colega estava a demonstrar: fazer cerca de dez movimentos horizontais e vibratórios nas superfícies dentárias, de forma a limpar os espaços que ficavam entre os dentes e as gengivas; começar a escovagem das superfícies dentárias num extremo do maxilar, acabando no outro extremo, passando por todas as superfícies dentárias e abrangendo dois dentes de cada vez; escovar as superfícies de mastigação com movimentos curtos de vaivém e remover as bactérias da língua, refrescando o hálito, escovando suavemente desde a base até à ponta. Também fizeram a demonstração usando o fio dentário.</p> <p>Debruçando-se sobre a higiene da escova de dentes, o enfermeiro partilhou com o grupo que para se manter a higiene da mesma, ela não deveria ser compartilhada com outros para diminuir o risco de desenvolver cáries e outras infeções, devendo ser guardada num lugar seco, com as cerdas viradas para cima protegida com uma tampinha. A enfermeira acrescentou que a escova deveria ter cerdas finas e macias para não magoar as gengivas e causar sangramento.</p> <p>Os profissionais deram por terminada a sessão, concluindo que esperavam que as jovens tivessem gostado e fizeram uma síntese sobre as ideias principais, tendo o enfermeiro referido que as cáries eram o resultado da ação dos micróbios sobre restos de alimentos retidos entre os dentes, portanto a limpeza correta dos dentes impedia a formação das cáries. A enfermeira expôs que a escovagem regular dos dentes tinha um papel fundamental na preservação da saúde oral e que deveria seguir aqueles passos demonstrados. Os profissionais distribuíram pelas jovens um folheto com informações relativas à saúde oral, bem como dicas sobre cuidados relacionados com o assunto, transmitindo-lhes que esperavam que fosse uma orientação e ajuda para elas.</p>
--	--

	<p>As jovens agradeceram aos profissionais e referiram que tinham gostado de se dirigir à unidade de saúde para participar nestas ações de sensibilização. Nos seus discursos trouxeram partilhas como: “gostei de todos os assuntos e os profissionais conseguiram cativar-nos” (Yasmine); “aprendi como se lava os dentes em condições” (Lili); “todas as sessões foram interessantes e importantes, mas eu gostei muito desta” (Luana); “senti muita diferença quanto tive a oportunidade de ir ao dentista e agora tento ter cuidado com os meus dentes. Antes não acontecia. Agora já sorrio e acho que todas nós devíamos ter mesmo cuidado com a nossa boca. Gostei muito da sessão e da forma como falaram connosco” (Ariana); “também acho que as sessões foram todas importantes e acho que todas as meninas deveriam ter a possibilidade de ter sessões como estas. Vamos puder partilhar o que aprendemos com as outras” (Núria); “foi mais fácil de compreender como lavar os dentes com a dentadura” (Fred); “acho que nos portámos muito melhor quando estamos fora de casa. Nós sabemos nos comportar e achei muito bom tu e os profissionais nos terem proporcionado isto, tendo em conta as nossas preocupações” (Pipoca Mendes); “tenho a noção que não me preocupo muito com a minha boca, porque nunca tive problemas sérios e também porque nunca tive ninguém que estivesse à minha beira para me ensinar determinadas coisas, mas esta sessão abriu-me os olhos. Com as outras sessões também aprendi muito” (Bandeirinha Júnior).</p>
--	--

Sessão n.º7: “Abrir as portas da nossa casa: (des)fazer penteados”	
Local	Ala azul da Instituição.
Data e hora	15 julho 2019; 15:30h-17:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes e Yasmine.
Descrição	A sétima sessão da Ação 3 “A Saúde nas nossas Mãos” realizou-se no dia 15/07/2019 pelas 15:30h, tendo contado com a presença das 8 jovens. Todas as jovens já conheciam a cabeleireira, uma vez que

	<p>no dia 8 lhe tinham mostrado a casa. Contudo, num primeiro momento da sessão, todos falaram um pouco sobre si, incluindo a profissional que foi a primeira a partilhar com as jovens aspetos sobre si, com o intuito de se conhecerem um pouquinho melhor. De um modo geral, partilharam informações como: o seu nome, idade, um aspeto que gostavam em si e perspetivas que tinham para o futuro.</p> <p>Através de conversas intencionais percebemos que as jovens no passado dia 8 tinham transmitido que gostavam que a primeira sessão fosse sobre penteados. Dessa forma, a voluntária fez-se acompanhar de vários materiais, inclusive pentes, pranchas de cabelo, molas, elásticos e totós. Depois, questionou às jovens que penteados gostariam de fazer e as mesmas expressaram que gostavam de aprender a utilizar a prancha de cabelo, alisando o cabelo e também gostavam de saber encaracolá-lo com a prancha. Para além disso, também referiram que queriam aprender a fazer tranças embutidas e tranças cascatas. É de referir que as jovens sabiam os termos das tranças, dado que, como evidenciaram, costumavam fazer pesquisas sobre penteados e ver tutoriais para aprender a fazê-los.</p> <p>A cabeleireira colocou uma cadeira no centro do espaço e pediu uma voluntária para primeiro fazer a demonstração como se alisava o cabelo com uma prancha. A Lili e a Pipoca Mendes levantaram o braço ao mesmo tempo, sendo que a profissional pediu para que decidissem entre elas quem iria referindo que a outra poderia servir como modelo para a demonstração do encaracolar. Assim, a Pipoca Mendes foi a primeira jovem que se sentou na cadeira para a profissional demonstrar como se usava a prancha, alisando o seu cabelo. Enquanto isso, deu dicas e referiu os passos em voz alta, para que as jovens fossem acompanhando visualmente, mas também ouvindo os passos que estava a fazer, tendo exposto que: devemos lavar e sequear a cabeça; usar o secador já alisa um bocado o cabelo, facilitando o vosso trabalho; desembaraçamos com um pente ou escova para remover os nós; deixámos a prancha esquentar e escolham uma temperatura de acordo com o tipo de cabelo, referindo</p>
--	---

	<p>a ideal para cabelos finos e para cabelos grossos; separámos em mechas, tendo transmitido que os cabelos mais grossos como era o caso do da Pipoca Mendes, precisariam de mais mechas; pegámos numa das mechas do cabelo e começamos com a parte perto da nuca, separámos uma mecha de cabelo com o máximo de 5 centímetros, pois assim o cabelo caberá facilmente na prancha; pressionámos a prancha perto da raiz e juntem os dois lados aquecidos, com o cabelo entre eles, tendo transmitido que alisar acima disso poderia danificar a raiz ou queimar o couro cabeludo; se houver fios de cabelo em excesso saídos pelos lados da prancha, abrimos novamente e tentamos colocar com uma quantidade menor de cabelo; passámos a prancha pela extensão do cabelo e deslizem a prancha pelo comprimento do cabelo, mas não a girem pois podem danificar o vosso cabelo; podemos repetir caso não tenha ficado alisado da primeira vez. Depois, tendo a Lili como modelo sentada na cadeira, a profissional encaracolou-lhe o cabelo, usando de novo a prancha. É de referir que a profissional aproveitou para dar um conselho importante às jovens relacionados com a utilização das pranchas, nomeadamente que era preferível que as pranchas tivessem temperaturas limite, tendo exposto que aquela que estavam a usar como era profissional poderia ser perigosa para quem não tinha experiência, uma vez que precisavam de ser reguladas e a temperatura poderia ficar muito elevada, a ponto de queimar os cabelos.</p> <p>Num segundo, foi a altura em que as jovens tiveram a oportunidade de atentar como se faziam as tranças. Contudo, a profissional primeiro questionou se todas as jovens sabiam fazer a trança básica, sendo que todas referiram que sim, pois se não soubessem considerava ser o primeiro passo importante para conseguirem fazer as outras tranças. Pediu novamente duas voluntárias, pois demonstrou dois tipos de trança, sendo que a Ariana e a Núria foram as duas que se voluntariaram de forma instantânea. Decorreu de igual forma, a Ariana sentou-se na cadeira, estando de costas para as colegas enquanto a profissional foi fazendo</p>
--	--

	<p>os passos da trança embutida, explicando-os em voz alta e dando diferentes dicas: penteámos o cabelo para tirar os nós, tendo referido que era difícil fazer uma trança embutida se o cabelo estivesse embaraçado; repartimos o cabelo; separámos o cabelo em três mechas do mesmo tamanho, tendo expressado que essas iriam ser o começo da trança; segurem as três mechas, tendo referido que isso ajudava a obter uma trança bem feita; levámos a mecha da direita para o meio; levámos a mecha da esquerda para o meio; acrescentámos cabelo à mecha da direita; adicionámos cabelo à mecha esquerda; continuámos a traçar com esse método; fazemos uma trança básica no resto do cabelo; prendemos a trança com um elástico ou totó; podemos fixar com spray de cabelo, tendo referido que isto era opcional. Depois foi a vez da Núria se sentar na cadeira para passarmos à demonstração da trança cascata, sendo que a profissional foi explicando passo a passo como se fazia, como até então. Sobre a trança cascata, a cabeleireira referiu que para a fazermos seria primeiro preciso fazer uma trança embutida (a que aprendemos anteriormente) e transmitiu ser uma das tranças preferidas dela, referindo que era a que deixava as mechas de cabelo soltas a partir de uma trança embutida, acrescentando que “os vossos cabelos com estas tranças vão lembrar de facto uma cascata”. Ao longo das quatro demonstrações, as restantes jovens mostraram-se muito atentas e envolvidas na sessão, chegando-se mesmo a desviar ou a levantar para ver de perto o que estava a ser feito e explicado. Para além disso, é de ressaltar que no início da sessão e ao longo da mesma, várias das jovens foram referindo que não gostavam do seu cabelo. Apesar disso, a profissional enquanto fazia a demonstração das várias situações, referiu em voz alta que tinham o cabelo bonito, destacando alguns dos aspetos mais bonitos e fortes dos seus cabelos.</p> <p>Na segunda parte da sessão, a profissional abriu espaço para que fossem as próprias jovens a fazer os penteados umas nas outras, experimentando de forma ativa aquilo que tinham visto e ouvido. Assim, colocámos 4 cadeiras no centro e 4 jovens sentaram-se enquanto as restantes experimentaram fazer, depois trocaram de</p>
--	---

	<p>posições, o que deu a oportunidade de todas experimentarem. Ao longo desse momento, a profissional e nós fomos estando por perto das jovens, estando atentas às dúvidas que surgiram, bem como ajudando no manuseamento do material. Para além disso, a profissional foi reforçando o cuidado que as jovens deveriam ter ao tocar no seu próprio cabelo e no das outras, uma vez que reparámos que algumas delas faziam movimentos bruscos. Também destacou que elas poderiam auxiliar-se umas às outras a fazerem penteados, tendo referido que era uma boa maneira para elas ensaiarem e que poderiam constituir-se momentos divertidos.</p> <p>Posteriormente, as jovens colocaram algumas questões à profissional relacionadas maioritariamente com o tipo de corte de cabelo, tendo algumas referido que gostavam de mudar de corte e ainda sobre que tipo de produtos deveriam usar. Sobre a primeira questão, a profissional tentou ajudar as jovens a pensar sobre o corte de cabelo que melhor se adaptava ao rosto de cada uma. Para isso, além de ter referido que era fundamental manter os fios de cabelo saudáveis, nutridos e brilhantes, referiu que uma das dicas que deveríamos usar era estarmos atentas à estrutura do nosso rosto, especificando alguns cortes de cabelo que poderíamos usar se tivéssemos um rosto redondo, quadrado ou alongado.</p> <p>A cabeleireira agradeceu por lhe terem dado a oportunidade de estar ali e que tinha gostado muito de estar com o grupo naquela tarde, tendo acrescentado que “não há como negar que todas nós gostamos de nos sentir mimadas, bem-tratadas e bonitas. Vocês podem fazer coisas que vos deem sensação de bem-estar e devem dedicar tempo a vocês mesmas”. Para além disso, expressou que um bom corte, um bom tratamento para o cabelo ou cuidados com as unhas, além da estética, eram uma parte de uma rotina de cuidados pessoais de higiene e saúde que nos permitia nos sentirmos mais saudáveis. No fim, questionou as jovens o que gostariam de trabalhar na próxima sessão, sendo que pediu que chegassem a um consenso, referindo que teriam mais oportunidades para trabalhar diversas questões. Em unanimidade, as jovens referiram que gostavam de</p>
--	---

	<p>aprender mais sobre maquiagem e como fazê-la. Distribuiu pelas jovens umas amostras de shampoo, adequadas para cada tipo de cabelo.</p> <p>O balanço da sessão foi positivo, sendo que as jovens referiam que: “gostei que partilhasse coisas pessoais connosco sobre o seu trabalho” (Pipoca Mendes); “é uma pessoa engraçada e querida” (Fred); “sempre gostei e me interessei por esta área, por isso, foi um gosto tê-la aqui” (Núria); “gostei como ficou. Obrigada por nos ter deixado mexer no seu material de trabalho” (Lili); “no início foi estranho ter alguém a mexer no meu cabelo, mas adorei esta sessão e o que aprendemos” (Ariana); “obrigada por nos ter dado um momento diferente. É muito diferente aprender ao vivo do que pela internet” (Luana); “queria mais sessões de penteados. Gostava de aprender a fazer tranças afro, por exemplo. Ensinou bem” (Pipoca Mendes); “foi um momento para nós. Vou conseguir esticar o meu cabelo com mais facilidade, amanhã vou pedir a prancha para treinar” (Yasmine).</p> <p>Com o término da sessão, as jovens perguntaram se podiam tirar fotografias aos penteados, sendo que lhes foi dito que sim, mas que como já sabiam, não poderiam divulgar as fotografias. Depois, como se aproximava a hora do lanche as jovens fizeram questão de perguntar à cozinheira e aos educadores que estavam ao serviço se poderiam convidar a profissional para lanche com elas, tendo-lhes sido possibilitado e tendo a profissional aceite o convite. No decorrer do lanche, aproveitaram para fazer questões, tirar dúvidas e expressar algumas curiosidades sobre os cabelos, o que demonstrou ser um momento mais descontraído e de partilha de ideias, tendo sido apreciado pelas jovens.</p>
--	---

Sessão n.º8: “Abrir as portas da nossa casa: refletir sobre que mensagem passo eu para os outros?”	
Local	Ala azul da Instituição.
Data e hora	17 julho 2019; 15:30h-17:30h.

Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes e Yasmine.
Descrição	<p>A oitava sessão da Ação 3 “A Saúde nas nossas Mãos” realizou-se no dia 17/07/2019 pelas 15:30h, tendo contado com a presença de 7 jovens (a Fred não conseguiu estar presente). Tal como tinha acontecido com a cabeleireira, também a profissional de consultoria de imagem pessoal tinha estado presente no dia 8 na reunião que se realizou com vista a conhecerem o espaço, bem como ter um primeiro contacto com as jovens e os profissionais ao serviço. Vale a pena referir que na sessão que se realizou no dia 4 de julho com os profissionais que teve como objetivo fazermos o ponto da situação relativo ao estabelecimento de contacto com os profissionais das várias áreas, ainda não tínhamos confirmação de que poderíamos contar esta profissional, sendo que a mesma só no final do dia 6 é que contactou a Ed. Patrícia, tendo referido que estaria disponível para cooperar connosco, tendo-lhe sido logo exposto por telefone o convite para a participação da reunião.</p> <p>A profissional iniciou a sessão, pedindo que nos levantássemos e nos espalhássemos pela sala, tendo partilhado que como era amante de leitura e escrita, iria distribuir por cada uma de nós frases aleatórias e que o objetivo era lermos em voz alta, para que todas ouvíssemos todas as frases, refletindo sobre elas interiormente. Assim, as frases que se ouviram foram: “Ela viajou dentro de si e conheceu a mulher incrível que ela é; A vida é muito chata para usarmos roupas chatas; Pode escolher ser linda a vida toda; A moda veste a todos, basta saberes o que te valoriza para aproveitares tudo o que ela tem para te oferecer; Elegância é quando se é tão linda por dentro quanto por fora; Um look criativo e bem montado pode fazer magia; A simplicidade é a maior sofisticação; Vista-se mal e notarão o vestido, vista-se bem e notarão a mulher; Vista-se bem para a pessoa mais importante: você”.</p> <p>Posteriormente, a profissional apresentou-se e referiu que a profissão dela era ser consultora de imagem pessoal, tendo questionado as jovens se alguma vez tinham ouvido falar e se</p>

	<p>gostavam de partilhar que ideias lhes vinham à cabeça quando ouviam essa profissão. Assim, algumas das jovens referiram que já tinham ouvido falar, mas outras afirmaram que não sabiam bem do que se tratava. Contudo, a profissional incentivou que juntas chegassem a algumas expressões que pudessem expressar o que era ser consultora de imagem pessoal, sendo que o grupo aceitou o desafio e ouviram-se ideias como: “ajudar as pessoas a melhorar a imagem” (Núria); “dar conselhos às pessoas” (Luana); “trabalhar a imagem” (Ariana); “ajudar as pessoas a vestir-se para diferentes situações” (Pipoca Mendes), sendo que as restantes jovens concordando com as partilhas das colegas. Perante isso, a profissional agradeceu as partilhas e referiu que o grande objetivo dela e das pessoas da área se prendia com o ajudar as pessoas a sentirem-se melhor com elas próprias, referindo que as respostas das jovens foram todas válidas e com sentido. Tentando-nos explicar de uma forma mais aprofundada o que era a consultoria de imagem pessoal, a profissional recorreu a uma apresentação <i>powerpoint</i> que num primeiro diapositivo tinha em destaque as palavras comunicação, autoconhecimento e valorização pessoal. Após ter gerado com o grupo um pequeno debate sobre os três conceitos, explicou que a consultoria era um processo que ajudava-nos a comunicar quem éramos através da imagem e que, na prática, se traduzia numa relação mais feliz com o nosso guarda-roupa e dava-nos mais confiança na hora de vestir, tendo acrescentado que todos nós éramos capazes de olhar de uma outra forma para as peças de roupa que tínhamos. Depois, explicou que o importante era as jovens pensarem verdadeiramente no que é que fazia sentido para elas, dizendo-lhes que não se deviam basear em tendências da moda e que não havia nem certos nem errados. A determinado momento, a Pipoca Mendes expôs que “o importante é que nos sintamos bem”, tendo a profissional aproveitado para dizer que concordava com a jovem e referido que a prioridade era nós nos sentirmos especiais com o que tínhamos e que era possível facilitar o mistério de escolha de roupa para diferentes situações.</p>
--	---

	<p>Posteriormente, recorrendo de novo à apresentação, explicou que o trabalho dela e dos colegas era realizado a partir de algumas questões que estavam projetadas na parede, sendo elas: “como gostarias de ser vista pelos outros? Que palavras gostavas que usasse para descrever a tua imagem? Que impacto gostavas de causar? Como gostarias de te sentir”, tendo-nos pedido para que refletíssemos ao longo da nossa vida nessas questões, pois nos ajudaria a investir de forma natural na forma como nos apresentávamos. Nesse seguimento, foi mostrando várias imagens de peças de vestuário e a pedido da profissional, as jovens foram fazendo conjugações entre as peças, realizando-se assim um exercício que despertou nelas a atenção e a criatividade. Para além disso, questionou às jovens que peças de roupa é que elas achavam que não poderiam faltar no seu guarda-roupa, incluindo calçado, tendo-se ouvido várias partilhas, como: camisas, calças de ganga, vestidos, casacos quentes, sandálias de salto alto e raso, camisolas, t-shirts, saias, casacos de malha, carteiras, cintos e botas rasas.</p> <p>Na segunda parte da sessão, a profissional deu algumas dicas que considerava pertinentes relacionadas com o vestir, referindo que nos ajudariam a ganhar confiança. Assim, expôs que primeiro era importante descobrirmos que tipo de corpo é que tínhamos, dando uma sugestão de em frente ao espelho olharmos para nós e vermos onde é que o nosso corpo tinha proporções maiores: nos ombros, na cintura ou na anca, tendo referido que a partir disso poderíamos tentar equilibrar o nosso corpo. Dando o seu exemplo pessoal e usando as mãos para exemplificar o que estava a transmitir, a profissional referiu que quando a área maior era a anca, nós podíamos enfatizar a parte dos ombros, com o objetivo que o nosso corpo ficasse mais harmónico. Acrescentando que “temos de nos olhar ao espelho, entender o nosso corpo e aceitá-lo da forma como ele é”. Como segundo passo, expressou que a forma como arrumávamos o nosso armário poderia trazer novas energias, aconselhando-nos a estar atentos ao que estava rasgado, manchado e a ver se tínhamos coisas que não nos serviam, referindo que “temos</p>
--	---

	<p>de aceitar o nosso corpo agora e vestirmo-nos no agora, pensando no agora e não pensar no que já fomos, vamos vestir o corpo que temos agora e que é tão bonito”. Como terceira dica referiu ser importante destacarmos aquilo que mais gostávamos, tendo referido que se gostássemos da cintura, para destacá-la, usando brilho ou cores especiais. Como quarta dica expressou para usarmos acessórios, tendo explicado que esses poderiam ser colares, brincos, lenços ou pulseiras, referindo que era um elemento que poderia fazer com que o nosso <i>look</i> ficasse mais interessante e rico. Para completar essas dicas, a profissional salientou que se nós não soubéssemos que cor é que nos ficava melhor, uma boa estratégia era pensar sobre quais eram as cores que as pessoas nos elogiavam, tendo referido para apostarmos nessas mesmas cores, pois quando as pessoas nos elogiavam é porque claramente nos ficava bem essa cor. Também referiu que se tivéssemos possibilidade para usar uma peça ou um acessório que gostássemos muito para o usar de forma sistemática, pois nos ajudaria a elevar a autoestima. Perante essa dica, algumas das jovens partilharam que usavam pulseiras e anéis que eram importantes para elas, tendo a profissional referido que faziam bem, pois essas peças tinham o poder de “vos fazer sentir especiais”. Assim, esta profissional ofertou algumas dicas às jovens de modo a potenciarem a sua imagem pessoal, ajudando-as a conhecer melhor o seu corpo, a olhar de maneira diferente para ele, bem como a compreender de que forma poderiam vestir-se de forma mais favorecedora.</p> <p>Para além disso, a profissional deu conselhos às jovens relativamente à importância de adquirir hábitos de compra que visassem gastar menos dinheiro e que permitissem o máximo de conjugações possíveis, evitando a compra de peças desnecessárias, expressando alguns conselhos práticos como: em vez de comprarem muitas peças, invistam em poucas que tenham qualidade e cuidem bem delas; é preferível roupa com cores neutras, sendo que juntos chegámos a 5 cores: preto, cinzento, castanho, bege, branco e azul marinho; e roupas com cortes simples, básicos e intemporais que</p>
--	---

	<p>permitissem a conjugação com as restantes peças que temos, tendo mostrado vários exemplos de roupa, para ilustrar o que estava a dizer oralmente. É de referir que a profissional ao longo da sessão foi partilhando algumas situações reais que lhe aconteciam no dia a dia, tendo sido isso uma forma de enriquecer a sessão, na perspetiva das jovens.</p> <p>Quase a terminar a sessão, a profissional referiu que acreditava que a descoberta do estilo pessoal de cada um de nós era acima de tudo, um processo de autoconhecimento, referindo que íamos sempre a tempo de encarar o nosso corpo de maneira diferente, aceitando-o como ele era. Também referiu que similarmente à nossa vida, a forma como gostávamos de nos vestir também mudava, estando em constante evolução, fazendo-nos refletir que não nos teríamos de sentir mal se em algum momento gostávamos mais de usar algum estilo de roupa em detrimento de outro. Também destacou ser importante nos sentirmos confortáveis e confiantes com o que vestimos, tendo referido que dentro de cada um de nós havia sempre potencial. Para concluir, agradeceu a participação das jovens, tendo destacado o seu entusiasmo e empenho e referiu estar muito feliz por ter estado na CAR na companhia delas que se revelou especial.</p> <p>Da parte das jovens, agradeceram à profissional a sua presença e demonstram o seu entusiasmo, empenho e gratidão, tendo referido: “obrigada, foi importante para mim e superou as minhas expectativas” (Pipoca Mendes); “consegui perceber que cores me favoreciam mais e acho que vou começar a sentir-me melhor comigo própria” (Lili); “muito muito interessante, quero ter mais sessões destas” (Ariana); “fiquei colada desde o início até ao fim. Só não gostei muito da parte de ler, mas fi-lo e gostei de todas as frases, pois com a sessão fui percebendo o quanto as mesmas fazem sentido” (Bandeirinha Júnior); “levo muitas dicas e vou olhar para o meu armário e para mim de maneira diferente” (Luana); “aprendi que é importante aceitarmos e gostarmos do nosso corpo” (Yasmine); “consegui organizar as ideias sobre algumas coisas e acho que será</p>
--	--

	mais fácil construir uma imagem mais cuidada, confortável” (Núria), o que contribuiu para que a sessão terminasse com uma energia positiva.
--	---

Sessão n.º9: “Abrir as portas da nossa casa: refletir sobre que cuidados ter com a alimentação?”	
Local	Sala de convívio da Instituição.
Data e hora	19 julho 2019; 14:30h-15:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes e Yasmine.
Descrição	<p>A nona sessão da Ação 3 “A Saúde nas nossas Mãos” realizou-se no dia 19/07/2019 pelas 15:30h, tendo contado com a presença das 8 jovens. Para o desenvolvimento desta sessão contámos com a colaboração de uma nutricionista que fez com que as jovens refletissem que cuidados deveriam ter com a sua alimentação, dando algumas dicas para manter uma boa alimentação.</p> <p>Numa fase inicial, a profissional fez com que as jovens falassem e refletissem acerca de como faziam a sua alimentação tanto fora como dentro da instituição. Depois, explicou às jovens que, como em todas as fases, durante a adolescência a alimentação requeria muita atenção, dado que as necessidades nutricionais se encontravam aumentadas devido ao crescimento. A determinado momento, a Núria partilhou que sentia que vários fatores começavam a interferir na sua escolha alimentar, tendo exposto que “aqui dentro temos uma alimentação cuidada, pois os profissionais têm isso em atenção, mas lá fora sei que como muito mal”. Perante essa partilha, gerou-se um pequeno debate onde se falou sobre algumas dicas relacionadas com a alimentação saudável, contando com a “ajuda” da pirâmide alimentar que a profissional levou para a sessão. Assim, juntos chegámos à conclusão que: deveríamos dar preferência a uma alimentação variada, sendo que nos deveríamos hidratar de preferência com água e diminuir o consumo de refrigerantes, sumos artificiais, salgados e outras guloseimas, como por exemplo, as</p>

	<p>gomas, que foi um dos alimentos que as jovens referiram ingerir com bastante frequência. Nesse seguimento, a profissional referiu que uma boa tática seria não ter esse tipo de alimentos em casa, comprando muito de longe a longe, quando desse uma vontade enorme de comer. Outra das dicas faladas foi a importância de as jovens estabelecerem diálogo com os adultos, tendo a profissional transmitido que era muito importante elas se sentirem à vontade para conversar com eles, pedindo-lhes orientações sobre uma boa alimentação e como realizar as melhores escolhas. Também falou que deveríamos preferir os alimentos verdadeiros, tendo explicado que esses poderiam ser encontrados na feira ou nas alas frescas do supermercado. Sobre esse assunto, acrescentou que o consumo de frutas, legumes e verduras deveriam ser frequentes, sendo que a maior parte das jovens partilhou que não apreciava esse tipo de alimentos. Perante isso, a profissional referiu que a aceitação por esse grupo alimentar seria feito de uma forma natural e gradual, tendo sugerido que se as jovens tivessem a oportunidade de ir para a cozinha ou aos supermercados, seriam boas estratégias para que elas estivessem em contacto com mais alimentos e quem sabe despertasse nelas a vontade de comê-los de forma mais regular. Também expôs que “se tiverem a oportunidade de ajudar a preparar as refeições façam-no, pois quanto mais conectamos com os alimentos, melhor fica a nossa relação com a comida”, sendo que algumas jovens partilharam o seu gosto pela área da cozinha. Outra das dicas esteve relacionada com a importância de se ter uma rotina saudável, falando-se dos horários pré-determinados das refeições, sendo que as jovens partilharam com a profissional os seus horários e referiram que consideravam que a hora do jantar era muito cedo. A última dica prendeu-se com a profissional a incentivar as jovens para fazer atividade física, tendo referido que essa era uma opção com inúmeros benefícios: para aliviar a ansiedade, corrigir a postura, fortalecer a musculatura, entre outros.</p> <p>Para além dessas, a profissional expôs outras dicas para uma alimentação “ideal” na adolescência, como: alimentar-se 5 ou 6 vezes</p>
--	---

	<p>ao dia, falando-se sobre a importância de não se ignorar refeições; comer arroz, massas e pães todos os dias era importante; tomar leite e/ou derivados todos os dias, uma vez que estes são alimentos ricos em cálcio, referindo ser essencial nesta fase; observar e evitar o consumo de bebidas alcoólicas e energéticas.</p> <p>Numa outra parte da sessão, olhando para a pirâmide e tendo em conta tudo o que tínhamos discutido e refletido, tentámos criar juntos vários pratos que fossem saudáveis e recomendados para as diferentes refeições do dia, tendo a profissional estado sempre disponível para questionar as opções que iam surgindo, não desvalorizando as escolhas dos grupos, mas sempre numa lógica de pensarem e optarem por escolhas melhores. É de referir que ao longo da sessão, foi importante ir-se fazendo sempre a ponte entre o que se estava a falar com os hábitos de alimentação que as jovens repercutiam, tentando-se refletir de forma séria sobre as várias questões e fazendo-as refletir de forma consciente sobre os seus comportamentos e escolhas alimentares. Apesar de a instituição se revelar um ambiente protegido, onde a alimentação acabava por ser equilibrada e controlada, a profissional teve em consideração que as escolhas das jovens no exterior da instituição eram influenciadas por diversos fatores e tendo em conta que todas deveriam ser cada vez mais conscientes das suas escolhas, procurou auxiliar as jovens a construir pensamentos mais corretos sobre as várias questões.</p> <p>Para terminar, a profissional referiu ter gostado da sessão e quetinha sido um prazer partilhar ideias com as jovens. Transmitiu que o segredo de uma alimentação equilibrada estava na variedade dos alimentos que ingeríamos, tendo reforçado a pertinência de se ir alternando os alimentos. Expôs que o importante era aprender a combinar os alimentos de modo a criar ementas variadas, equilibradas e que fossem ao gosto das pessoas, tendo partilhado que “comer bem não precisa de ser encarada como uma tarefa difícil nem como uma dor de cabeça”. Para além disso, reforçou que o cuidado com a alimentação aliado à prática regular do exercício físico era fundamental para a manutenção da nossa saúde.</p>
--	---

	<p>A sessão, fez com que as jovens tivessem mais vontade e curiosidade pelo assunto da alimentação saudável, sendo que as mesmas transmitiram que iriam fazer um esforço para ter mais cuidado com a alimentação. Nos seus discursos, referiram que: “vou fazer por ter escolhas mais saudáveis dentro e fora da casa” (Núria); “sei que ter uma boa alimentação é importante, mas às vezes a mente fala mais alto e eu muitas vezes refugio-me na comida. Mas esta sessão fez-me perceber o quão é importante termos cuidado com o que comemos” (Pipoca Mendes); “eu engordei muito desde que vim para aqui. Sei que como melhor, mas o stresse fez-me engordar muito e sinto que preciso urgentemente de praticar exercício físico. Obrigada pela sessão” (Yasmine); “desta sessão levo a vontade de pesquisar mais sobre os benefícios de ter uma alimentação cuidada” (Luana); “obrigada pelas dicas, vou ter mais cuidado” (Ariana); “sempre tive consciência da importância da boa alimentação, mas os meus comportamentos e as minhas vontades não revelam isso. Vou ter mais cuidado” (Lili); “vou tentar falar mais com os profissionais sobre as minhas dúvidas” (Fred); “acho que todas nós saímos com a ideia de que ter uma boa alimentação só nos dá coisas boas” (Bandeirinha Júnior).</p>
--	---

Sessão n.º10: “Abrir as portas da nossa casa: desvendar o poder da maquilhagem”	
Local	Ala azul da Instituição.
Data e hora	22 julho 2019; 15:30h-17:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes e Yasmine.
Descrição	<p>A décima sessão da Ação 3 “A Saúde nas nossas Mãos” realizou-se no dia 22/07/2019 pelas 15:30h, tendo contado com a presença das 8 jovens. Esta sessão foi a segunda sessão orientada pela profissional cabeleireira, tendo-se debruçado especificamente sobre a maquilhagem. Para isso, a profissional fazia-se acompanhar de material de maquilhagem.</p>

	<p>Num primeiro momento, a profissional foi mostrando todos os materiais que tinha levado consigo, esclarecendo um a um ao grupo. Depois, as jovens demonstraram interesse em aprender passo a passo como realizar uma maquiagem, tendo em consideração as especificidades de cada pele. Assim, a profissional pediu uma voluntária para se sentar na cadeira, sendo que a Lili foi a única a se voluntariar. A cabeleireira começou por explicar às jovens que o segredo de qualquer maquiagem era uma pele bem preparada, tendo acrescentado que só assim é que se conseguiria definir bem os nossos traços, ressaltar os pontos chave do nosso rosto e minimizar o que considerávamos ser imperfeições. Depois, foi a altura em que a profissional maquiou a Lili e disse às restantes jovens que se podiam aproximar da cadeira para verem os diferentes passos. Apesar de as jovens terem estado perto da profissional a visualizar tudo o que fazia, a mesma foi dizendo em voz alta todos os passos, referindo que materiais estava a usar, facilitando assim a compreensão do que estava a ser demonstrado e fazendo com que as jovens criassem mais proximidade com o diferente material, percebendo que função poderia ter cada um. A profissional explicou que a primeira fase denominada preparação era onde deveríamos higienizar bem a pele com um sabonete neutro, aplicando água termal para hidratar e referiu que ia usar um <i>primer</i>, com o objetivo de deixar a pele homogênea e fechar os poros; na fase de uniformização, a profissional uniformizou a pele, espalhando uma base na cor do rosto da jovem e passando um corretivo, no tom da pele dela, na área dos olhos, espinhas e manchas, tendo referido que com este passo a pele ficaria como uma “tela” pronta para ganhar contornos e sombras; na terceira fase que a profissional designou como contorno, utilizou um pó bronzeador, sendo que referiu que também poderia ser usada uma base mais escura para contornar o rosto, demonstrando marcar a testa, as bochechas, o nariz, o maxilar e o pescoço e tendo referido que se podia espalhar com a ajuda do pincel (como fez) ou com os dedos; na fase de iluminação a profissional usou uma sombra clara e brilhante, espalhando com a</p>
--	---

	<p>ajuda de um pincel, ressaltando o nariz, as maçãs do rosto, o queixo e a área central da testa; outro passo que a profissional demonstrou esteve relacionado com a marcação do nariz, tendo referido que se quiséssemos o nariz bem modelado e mais fino, poderíamos reforçar o desenho do mesmo com uma sombra de tom mais escuro que a nossa pele, tendo dado a dica que era importante não exagerar, uma vez que o efeito deveria ser discreto; no passo final, a profissional deu cor ao rosto, finalizando a maquilhagem com um <i>blush</i>, sendo que como a pele da Lili era mais morena referiu que poderia ser usado ou um tom pêssego ou dourado, tendo optando-se pelo primeiro, dado que foi o que a jovem escolheu. Depois, a profissional pediu outra voluntária para demonstrar de novo outra maquilhagem, sendo que as jovens expressaram que deveria de ser uma que tivesse um tom de pele mais claro, afirmando que assim poderiam ver o resultado em ambas as peles, tendo a profissional referido que era uma boa opção. A Pipoca Mendes foi a jovem que foi maquiada, sendo que os passos foram muito similares, à exceção do último que ao dar-se uma cor ao rosto, pelo facto de a jovem ter uma pele mais clarinha, usou-se um tom mais rosinha. A profissional aproveitou para dizer que podíamos caprichar nos lábios, referindo que tons pêssego, rosa ou nude eram sempre cores que ficavam bem.</p> <p>À medida que realizava a maquilhagem, as jovens foram falando com a mesma sobre o poder que consideravam que a maquilhagem poderia ter no dia a dia de uma mulher, sendo que a profissional as ouviu com atenção e referiu alguns aspetos sobre a maquilhagem. A cabeleireira expôs que a maquilhagem, efetivamente, era uma ferramenta poderosa que poderia ter o papel de realçar os pontos fortes do rosto e disfarçar o que nos fazia sentir menos bem. Para além disso, transmitiu que a maquilhagem também podia fazer com que as jovens se sentissem mais seguras e confiantes, tendo várias jovens partilhado alguns dos seus pareceres relacionados com essa questão, demonstrando que concordavam.</p> <p>A segunda parte da sessão dividiu-se em duas atividades. Na primeira tivemos a oportunidade de descobrir que maquiagens eram</p>
--	--

	<p>indicadas para diferentes ocasiões e na segunda aprendemos a construir um <i>kit</i> básico de maquilhagem. Assim, para a realização da primeira atividade tínhamos connosco algumas imagens que retratavam ocasiões como: encontro informal com amigos; aniversário; ir para o trabalho; encontro ao fim do dia; casamento, sendo que as jovens foram tentando adivinhar para que ocasião a pessoa ia tendo em conta a roupa e a maquilhagem. Durante esse momento, a profissional foi falando sobre aspetos específicos que diferenciavam de maquilhagem para maquilhagem, demonstrando-se mais adequada para a ocasião em específico.</p> <p>Relativamente ao <i>kit</i> básico de maquilhagem, aprendemos como poderíamos preparar um. A Luana expôs que “há tantos produtos de maquilhagem que fico perdida, sem saber o que escolher”, tendo a maioria das jovens concordado com a opinião da colega, expressando-a de forma viva. Assim, juntos pensamos o que é que não poderia faltar no nosso <i>kit</i> de maquilhagem, tendo-se ouvido com atenção as dicas da profissional na escolha e seleção de produtos. Perante a demonstração das maquiagens realizadas anteriormente, as jovens foram partilhando o que atentaram ser necessário para se fazer uma boa maquilhagem e a partir daí conseguimos chegar à conclusão que um <i>kit</i> para ser bom poderia ter: um <i>primer</i>, base, pó bronzeador, sombras, <i>blush</i> e batons. A profissional concluiu a referir que cada um desses produtos, como foi possível ver, possuía a sua importância no que dizia respeito ao mundo da maquilhagem, recapitulando de novo a função de cada um na maquilhagem.</p> <p>A profissional concluiu a sessão a referir que esperava que as jovens tivessem gostado da sessão e que para ela era um gosto estar lá, dado que “para além de estar a fazer o meu trabalho que adoro, estou a ajudar-vos e isso faz-me sentir muito bem”. Salientou que “gostarem de vocês mesmas e cuidarem de vocês é muito importante. A partir do momento em que vocês estão dispostas a cuidar de vocês mesmas, vocês vão amar-se mais e melhorarão a vossa autoestima”, tendo acrescentado que “com ela elevada, vocês</p>
--	---

	<p>se tornarão radiantes e se destacarão pela vossa beleza”. Para além disso, expôs que “não importa se usam batons mais escuros ou claros ou se passam sombras mais brilhantes, o que importa é o que o cuidado da beleza vos pode proporcionar. Se vos faz sentir bem coloquem. Cuidar de nós faz-nos bem a todos os níveis” e distribuiu por cada uma das jovens um cartão decorado com produtos de maquilhagem, que continha duas mensagens curtas que diziam: “Se te sentes bonita, ninguém verá o contrário; O segredo é cuidares de ti”. No final da sessão, a profissional questionou as jovens o que gostariam de explorar na próxima sessão, sendo que referiram que gostavam de ter uma sessão dedicada ao cuidado das unhas – manicure.</p> <p>Por parte das jovens, houve reconhecimento e agradecimento pela disponibilidade que a profissional demonstrou ao lhes ter proporcionado mais uma sessão, tendo em conta os seus interesses, sendo que nos seus discursos, referiram: “adorei. Sempre gostei muito de maquilhagem, mas confesso que tenho dificuldades em fazê-la bem. Ensinaste-nos coisas valiosas” (Ariana); “foi bom fazer duas vezes a maquilhagem e em peles diferentes” (Fred); “obrigada pelas dicas” (Bandeirinha Júnior); “os resultados são incríveis” (Yasmine); “sinto a pele lisinha e iluminada. Gosto muito de me ver” (Lili); “eu sinto que a maquilhagem pode ter um poder enorme na vida de uma mulher, mas por exemplo, eu sinto que só tenho vontade de me arranjar quando estou feliz, mas fez-me pensar o quão eu fico bonita quando me maquio” (Luana); “uma boa maquilhagem não precisa de ser exagerada e ela tem o poder de nos fazer sentir mais confiantes” (Núria); “aprendi que é possível andar com uma maquilhagem simples e ao mesmo tempo bonita” (Pipoca Mendes). A Ariana destacou que “todas as mulheres têm uma cara bonita para se maquilhar”, tendo as restantes jovens concordado.</p>
--	--

Sessão n.º11: “Abrir as portas da nossa casa: mãos e unhas cuidadas”	
Local	Ala azul da Instituição.
Data e hora	29 julho 2019; 15:30h-17:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Fred, Lili, Luana, Núria e Yasmine.
Descrição	<p>A décima primeira sessão da Ação 3 “A Saúde nas nossas Mãos” realizou-se no dia 29/07/2019 pelas 15:30h, tendo contado com a presença de 7 jovens, uma vez que por motivos pessoais a Bandeirinha Júnior e a Pipoca Mendes não estiveram presentes. Esta sessão foi dinamizada pela profissional cabeleireira, focando-se no tratamento de beleza cosmética para as mãos e para as unhas.</p> <p>Na fase inicial da sessão a profissional dialogou com as jovens sobre a importância de terem as mãos e unhas cuidadas, referindo que as mãos requeriam um cuidado especial e unhas bem tratadas e bonitas. Começou por explicar que as mãos era uma das zonas do nosso corpo que mais estava em contacto com tudo o que nos envolvia e por isso mesmo, requeriam um cuidado peculiar.</p> <p>A título de curiosidade, a profissional partilhou com as jovens que segundo os orientais as mãos guardavam magias, originavam energias e expressavam emoções. Depois, pediu para que o grupo pensasse em que tipo de situações usavam as suas, tendo surgido, por parte do grupo, algumas ideias gerais, como: para trabalhar, para cumprimentar e para acariciar foram as respostas que mais se ouviram, sendo que perante isso, a profissional salientou que as nossas mãos, constituindo-se uma fonte de expressão merecia alguns cuidados simples, que poderiam torna-las mais belas e revitalizadas, dando algumas dicas e conselhos, sempre numa lógica de dotar o grupo de conhecimento, mas partindo sempre do que elas sabiam. Foi pertinente refletir que as mãos estavam diariamente expostas a múltiplas e constantes estímulos externos, sendo que se refletiu na questão de algumas mãos ficarem envelhecidas depressa e apresentarem um aspeto descuidado.</p> <p>A determinado momento, a Núria partilhou a ideia de que mãos bem cuidadas e unhas bem arranjadas e bonitas diziam muito a</p>

	<p>respeito de uma pessoa, sendo que a partir dessa partilha refletimos que não devíamos desconsiderar a sua importância e que mantê-las cuidadas poderia ser sinónimo de elegância. A cabeleireira transmitiu que hoje em dia existia vários tratamentos e técnicas que ajudavam a manter as mãos e as unhas cuidadas e enquanto manicure aconselhou o grupo sobre alguns cuidados para o embelezamento das mãos e unhas das jovens. A maior parte das jovens comentaram que gostavam muito de tratar das suas unhas no cabeleireiro, demonstrando que se preocupavam com o embelezamento das unhas, sendo que a profissional disse que todos nós poderíamos completar o trabalho de manicure, tendo alguns cuidados em casa e sabendo como cuidar das mãos no dia a dia. Assim, juntos chegamos à conclusão sobre alguns cuidados a ter com as mãos, nomeadamente: a hidratação para manter a humidade normal das mãos, pois refletimos que a pele seca podia favorecer o aparecimento de irritações e infeções por fungos e bactérias e a importância de ter uma alimentação equilibrada, uma vez que debatemos sobre o facto de que a carência de vitaminas, bem como o stress poderiam contribuir para o enfraquecimento das unhas e desidratação das mãos.</p> <p>Depois, debruçamo-nos sobre algumas dicas para ter as mãos hidratadas, sendo que após o debate que se gerou, surgiram como dicas: o lavar as mãos com água fria ou morna com sabonete neutro; usar um hidratante para combater a secura; e quando da realização de atividades domésticas usar luvas e ter a proteção máxima. Para além dessas, a profissional expôs uma outra dica que estava relacionada com o exercício, tendo referido que assim como o resto do corpo, também as mãos precisavam de exercício, por exemplo, apertar e soltar uma pequena bola de borracha macia. Ao longo desse momento, as jovens iam partilhando que cuidados ou não costumavam ter com as suas mãos.</p> <p>Posteriormente, falámos sobre as unhas, sendo que a profissional transmitiu que sendo curtas ou compridas, as mesmas eram uma parte essencial na estrutura da mão e que era necessário ter cuidados</p>
--	--

	<p>para que estivessem nas melhores condições. A Luana partilhou que roía as unhas, mas “é um vício muito feio. Eu não gosto de o fazer, mas às vezes não consigo controlar”, tendo sido uma opinião partilhada por outras colegas. Perante essa partilha, a profissional explicou que para além de dar mau aspeto, estar constantemente com os dedos na boca poderia causar danos estéticos às unhas. Várias das jovens partilharam que tinham a consciência que tinham a tendência de esconder as mãos, mas que por outro lado, gostavam de “roer e voltar a roer” (Luana). Outras partilhas surgiram: “é um mau hábito” (Fred); “queria deixar de conseguir” (Yasmine), tendo a profissional explicado que esse hábito menos bom poderia facilitar a entrada de diversas bactérias no organismo e que era importante estarmos atentos para não nos deixarmos levar pela tentação de o fazer, transmitindo às jovens que sabia que era difícil de controlar, mas que era possível. As jovens acabaram por partilhar que o roer as unhas para elas, funcionava como que um “alívio” (Núria); “ajuda-me a não ter tanta ansiedade, pois estou focada em roer” (Luana); “é um ato inconsciente” (Lili). Num outro momento, falámos sobre os cuidados a ter com as unhas e a cabeleireira deu alguns conselhos para manter as unhas saudáveis, como: evitar o contacto com detergentes e líquidos ácidos; utilizar luvas aquando da realização de trabalhos; ter cuidado com os cosméticos que usávamos, tendo-se debruçado na acetona; evitar cortar as cutículas das unhas, tendo explicado que as mesmas protegiam as unhas contra fungos e bactérias, tendo salientado que por isso, era um erro retirá-las totalmente; manter as limas ou outros instrumentos limpos e desinfetados; uma alimentação rica em proteínas e cálcio fundamental para unhas saudáveis.</p> <p>Na segunda parte da sessão, a profissional mostrou o <i>kit</i> que levou consigo, tendo apresentado ao grupo os diferentes materiais: limas, alicates, toalhas pequenas, acetona, tesoura, espátula, palitos, algodão, uma caixa com várias cores, base e fortalecedor. Depois, tivemos a oportunidade de aprender como devíamos hidratar as mãos e a profissional pediu duas voluntárias para fazer a</p>
--	---

	<p>demonstração de esfoliação e pintura das unhas. Entre o grupo chegaram à conclusão que se as colegas concordassem, poderiam servir como modelos as quatro jovens que não tinham unhas de gel, tendo sido a Fred, a Lili, a Luana e a Yasmine as jovens que usufruíram desse tratamento. Enquanto faziam a esfoliação a profissional foi explicando as vantagens de o fazer e depois as jovens puderam experimentar o treinamento de pintar as unhas, tendo a profissional demonstrado e depois deu a oportunidade de serem as jovens a fazê-lo. No grupo surgiu a dúvida qual seria o melhor formato para cortarem e limarem as unhas, sendo que a profissional explicou que o ideal era respeitarmos o formato natural das unhas, para evitar que partissem ou demorassem mais a crescer. Ainda sobre esse assunto, a pedido das jovens, a profissional olhou para as mãos delas e foi dizendo que formato de unha é que cada uma tinha.</p> <p>Quase a terminar a sessão, a profissional transmitiu às jovens que tinha gostado de estar na sessão e que agradecia a atenção e participação das mesmas. Para além disso, transmitiu que tinha gostado que o grupo tivesse partilhado algumas das suas histórias sobre as mãos e as unhas e referiu que tinha gostado muito de dar vida às mãos delas, tendo terminado a referir que a beleza das mãos, bem como a dos pés era sempre um ponto a favor da nossa imagem pessoal. No final, cada jovem recebeu um pequeno saco com produtos de beleza que continha cremes hidratantes e produtos de maquilhagem, incluindo vernizes, dizendo-lhes que era uma forma de elas estimularem e valorizarem o cuidado consigo próprias. É de referir que a profissional também deixou sacos para as restantes jovens da instituição, tendo referido que era “um miminho”.</p> <p>No final, o balanço final da sessão realizado pelas jovens foi positivo, sendo que referiram sentir-se mais cuidadas, mimadas e afirmaram que iriam ter mais cuidado com a sua pele, revelando que “obrigada pelas dicas e conselhos. É sempre bom ouvir para estarmos atentas. Sempre gostei de ter umas unhas bem cuidadas, mas confesso que com as mãos não me preocupava assim tanto. Vou começar a hidratá-las” (Ariana); “obrigada pelos miminhos como os</p>
--	--

	<p>chamaste e obrigada por trazeres boa energia” (Yasmine); “sinto que ficamos muito contentes com estes momentos, pois no fundo faz-nos sentir mais bonitas e importantes” (Luana); “em relação ao deixar de roer eu também sinto que é difícil, mas acho que envolve ter força de vontade, vou esforçar-me para não o fazer” (Núria); “só quero agradecer. Acho que aprendemos muito” (Lili); “é sempre bom falar e ouvir pessoas novas” (Fred). A Luana, com um sentido de autenticidade e espontaneidade referiu que “não vamos deixar para amanhã as unhas que podemos fazer hoje. Vamos virar cabeleireiras por um dia e vamos praticar umas nas outras”, tendo a sessão terminado com um espírito leve e divertido. É de ressaltar que as jovens tiveram a tendência para tratar por “tu” a profissional, sendo que a mesma não se importou, tendo percebido que isso não significou faltas de respeito. O grupo demonstrou-se bastante entusiasmado e esta sessão contribuiu para que se sentissem mais vaidosas e bonitas.</p>
--	---

Registo n.º12: “(Entre) tantos caminhos: despertar um futuro mais saudável através da prática da atividade física”	
Local	Espaço exteriores da Instituição e
Data	Durante o mês de julho e início de agosto
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Lili, Luana, Neuza, Núria, Pipoca Mendes, Teresa e Yasmine.
Descrição	<p>Fez parte desta atividade a aposta na atividade física que fosse regular e que satisfizesse as jovens. Assim, através de conversas intencionais com as jovens percebemos que elas desejavam ter momentos para praticar exercício físico, sendo que as caminhadas e dois jogos desportivos: futebol e basquetebol eram as atividades físicas que mais lhes despertava interesse.</p> <p>Em conversa intencional com os profissionais, percebemos que entre os elementos da equipa educativa havia pelo menos 3 educadores ligados à área de desporto e que se mostraram disponíveis para embarcar nesta aventura. Desta forma, nós tendo a disponibilidade total para acompanhar as jovens, aproveitámos o</p>

	<p>espaço exterior da casa para realizar caminhadas a pares e trios com as jovens das três primeiras fases que decorreram principalmente ao fim do dia antes da hora do banho. Com as jovens da quarta fase para além das caminhadas no espaço exterior da instituição, também realizámos algumas caminhadas pelas ruas perto da instituição nos momentos em que elas podiam sair, os quais designavam de “pausa de meia hora”. Como o grupo de jovens não realizava atividade física já há algum tempo, foi pertinente informarmo-nos sobre algumas recomendações, de modo a transmitir às jovens que deveríamos seguir determinados passos, para que tudo corresse da melhor forma possível. Assim, as caminhadas realizadas com todas as jovens iniciaram de forma calma, sendo que começamos a alternar um dia de descanso e um dia de caminhada, começando devagar e as caminhadas demoravam cerca de 20 minutos, duas/três vezes por semana, respeitando o ritmo delas, sendo que com algumas jovens conseguimos aumentar o tempo para 30, incluindo gradualmente este exercício nas suas atividades diárias. Foi importante garantir que as caminhadas não eram realizadas em jejum. Contudo, também garantimos que as jovens que não ingerissem muitas quantidades de alimentos antes do esforço, de modo a evitar sensações de mal-estar. Outro conselho que tentámos dar sempre às jovens teve a ver com a hidratação, incentivando-as sempre a levar uma garrafa de água, referindo que poderíamos beber antes, durante e depois das caminhadas, sendo que nós, como exemplo, também o fazíamos. Ao longo destes momentos, surgiram principalmente 3 desafios: um prendeu-se com a consciência de que as caminhadas não deveriam ser encaradas apenas como um passeio, demonstrando a necessidade de termos ritmo; outro esteve relacionado com a demonstração que era importante manter uma postura adequada, mostrando às jovens que deveriam permanecer direitas, olhando para a frente e com o abdómen contraído; outro dos desafios teve a ver com o vestuário que as jovens usavam, uma vez que algumas demonstravam não saber como se vestir de forma adequada, assim</p>
--	---

	<p>fomos mostrando que sapatilhas e que roupas poderiam usar, de modo a evitar lesões e a permitir uma melhor respiração da pele.</p> <p>Os jogos orientados alternadamente pelos 3 educadores ocorreram durante os fins de semana (12-13 de julho; 20 de julho; 27 de julho), principalmente ao domingo e contaram com a presença de todas as jovens, à exceção da Luana e da Pipoca Mendes que iam de fim de semana para casa delas. Contudo, é de ressaltar que nestes momentos participaram também as jovens que ao longo das semanas não estavam disponíveis para a participação do Projeto, mas que estando ao fim de semana na instituição acabaram por se integrar com o resto do grupo na prática da atividade física. Nos dias 12 e 20 realizaram jogos de futebol e nos dias 13 e 27 tiveram a oportunidade de realizar jogos de basquetebol. Durante os jogos, os profissionais iam esclarecendo regras e táticas, fazendo com que as jovens percebessem como poderiam jogar. Para além disso, foram incentivando as jovens a pensar sobre a importância do desporto na vida delas e demonstrando-lhes como podia ser bom jogar umas com as outras, sendo que os próprios profissionais participaram nos jogos. Outro dos aspetos que foi crucial ter em atenção esteve relacionado com o facto de serem modalidades que envolviam muito contacto, o que poderia conter alguns riscos. Um dos cuidados que tiveram em relação ao desporto foi aquecer e alongar, bem como o manter o corpo sempre hidratado, antes, no decorrer do jogo e depois.</p> <p>Acerca do basquetebol, os profissionais foram mostrando às jovens que capacidades do corpo é que esse desporto envolvia: a velocidade, a força, a mudança de direção, a flexibilidade, a coordenação, o tempo de reação, o controlo da bola e a agilidade para a execução dos movimentos, sendo que as jovens ao praticar foram apercebendo-se disso. Relativamente ao futebol, as jovens foram apercebendo-se, com o auxílio dos profissionais, quais eram as habilidades que precisavam de ter para conseguir jogar de forma mais correta, entre elas: o domínio da bola e a passagem da mesma</p>
--	---

	<p>na altura certa, a concentração para jogarem bem, a força e a agilidade.</p> <p>Ao longo dos jogos, os profissionais iam dando dicas sobre como as jovens poderiam melhorar o seu desempenho, como: ter em atenção os pontos fortes e as fraquezas das adversárias, uma vez que ao entenderem o comportamento umas das outras, em várias situações, elas poderiam conseguir antecipar a resposta; conversar umas com as outras dentro do campo e escutarem-se mutuamente, sendo que os profissionais foram referindo que elas poderiam fazer isso usando a voz e a linguagem corporal para se comunicar; jogar enquanto grupo, reunindo esforços para criar oportunidades de marcar pontos ou golos; na partida esquecer as desavenças pessoais e concentrar-se no jogo; falar com elas próprias para se encorajarem e manterem o foco, como por exemplo, “eu estou bem no jogo; está tudo bem; chutei bem; passei bem a bola”, uma vez que, como expressaram os profissionais, o ato de repetir frases de encorajamento poderia melhorar a confiança e ajudar a manter o foco; pensar nas partidas em que jogaram bem, dado que poderia contribuir para ajudá-las a ganhar confiança e melhor a sua própria imagem enquanto jogadoras; tentar algumas técnicas de respiração e relaxamento para melhorar o autocontrolo; aprender com os erros, mostrando às jovens que não havia mal cometer erros.</p> <p>Na prática e condução dos jogos desportivos, outros aspetos que os profissionais tiveram de ter em atenção foram os conflitos que existiam entre a equipa, dado que os conflitos interpessoais foram algumas vezes as razões para que os jogos não corressem tão bem. Por isso, da parte dos profissionais, teve de haver a preocupação de fazer com que o respeito fosse constante, estando atentos para poderem resolver as situações que foram surgindo. Uma das estratégias que usaram foi o diálogo, permitindo os desabafos das jovens. Os profissionais também tiveram de ter a tarefa de ouvir, sentir e tentar manter o equilíbrio da equipa, demonstrando que existiam regras de comportamento coletivo que deveriam ser respeitadas. Através de conversas intencionais com os profissionais</p>
--	--

	<p>estes referiram que tentaram que houvesse um grupo solidário dentro do campo. Contudo, também transmitiram que os conflitos fizeram parte, cabendo-lhes a eles saber geri-los da melhor maneira possível.</p> <p>Sobre as caminhadas, as jovens expressavam que: “obrigada por caminhares comigo, não sabes o quanto me faz sentir bem vestir o fato de treino e vir” (Yasmine); “é divertido porque falamos de muita coisa e faz-me bem” (Fred); “sinto que me fazem bem ao corpo e à cabeça” (Luana); “foi estranho poder fazer, mas é do que preciso para me acalmar” (Neuza); “deixam o stresse bem longe de mim e sinto-me menos deprimida” (Bandeirinha Júnior); “ajuda-me a emagrecer” (Lili); “faz-me bem, gosto muito” (Teresa); “previne doenças e dão-me energia para continuar a lutar” (Ariana); “faz com que eu pense noutras coisas, sinto-me bem quando olho para a natureza, dá-me calma ao cérebro” (Pipoca Mendes); “é bom porque passávamos muito tempo paradas e continuamos, mas isto ajuda-nos a ter outro pensamento sobre os nossos comportamentos. Posso dizer que sinto que a minha respiração melhorou” (Núria). Para além disso, as jovens foram salientando outros aspetos sobre a oportunidade que tiveram em puder realizar caminhadas, como: “tenho dormido melhor” (Lili); “sinto-me mais ativa” (Yasmine); “ajuda no meu humor, ando mais bem-disposta” (Pipoca Mendes); “sinto-me com um pouco mais de autoestima” (Núria); “ao início não tinha ritmo, mas depois consegui melhorar” (Bandeirinha Júnior); “ajudou-me a libertar más energias” (Fred); “gostei de ouvir sons da natureza e dos cheiros que sentia” (Ariana). Pelos discursos das jovens, podemos atentar que as caminhadas tiveram significados diferentes para cada uma delas, causando-lhes emoções muito variadas. No entanto, provocavam um sentimento de bem-estar, promovendo sensações de prazer, boa disposição e uma maior motivação para a vida, como foi evidenciado na sua voz.</p> <p>Através de conversas intencionais com as jovens sobre a prática dos jogos, as mesmas salientavam que: “é um teste à minha capacidade para estar em equipa” (Núria); “às vezes enervo-me, mas</p>
--	---

	divirto-me” (Teresa); “o desporto para mim é uma paixão, sinto-me mesmo bem quando o posso fazer” (Yasmine); “rimos muito juntos” (Neuza); “tem-me ajudado a ser mais determinante” (Ariana); “é verdade que às vezes elas tiram-me do sério, mas acabam por ser momentos diferentes e ao ar livre e depois eu tenho sempre histórias para contar à minha mãe” (Lili); “acho mesmo importante terem-nos dado esta oportunidade. Consigo descarregar o stress” (Fred); “corremos, rimos, saltamos, fazemos palhaçadas, tentamos jogar e acabamos por nos divertir e rirmos de nós próprias e dos outros” (Bandeirinha Júnior).
--	---

Sessão de Avaliação: Ação 3

Sessão: “Avaliação da Ação 3: A Saúde nas nossas Mãos – Árvore das aprendizagens”	
Local	Com as jovens: Ala azul da Instituição. Com os profissionais: Sala de reuniões.
Data e hora	Com as jovens: 2 agosto 2019; 14:30h-16:00h. Com os profissionais: 2 agosto 2019; 11:00h-12:30h.
Presenças	Jovens – Ariana, Bandeirinha Júnior, Fred, Lili, Luana, Núria, Pipoca Mendes e Yasmine. Profissionais – Dra. Carminho, Dra. Laura (ET); Ed. Cláudia, Ed. Lucas, Ed. Maria, Ed. Patrícia (EE).
Descrição	<p>A última sessão da Ação 3 “A Saúde nas nossas Mãos” realizou-se no dia 02/08/2018 pelas 14:00h e contou com a presença das 8 jovens. Na primeira parte da sessão, realizámos a avaliação da Ação desenvolvida, tendo sido para isso criado um grupo de discussão entre o grupo, para avaliar a concretização do OG3 “Promover a saúde em termos globais” e os respetivos OE.</p> <p>Através dos discursos das jovens, o OE3.1, “Cuidar da sua imagem pessoal, tendo hábitos de higiene regulares” foi alcançado, tendo possibilitado uma maior consciência sobre a importância de uma imagem cuidada aliada a hábitos de higiene que foram cada vez mais frequentes e contribuíram para encarar a higiene pessoal como um</p>






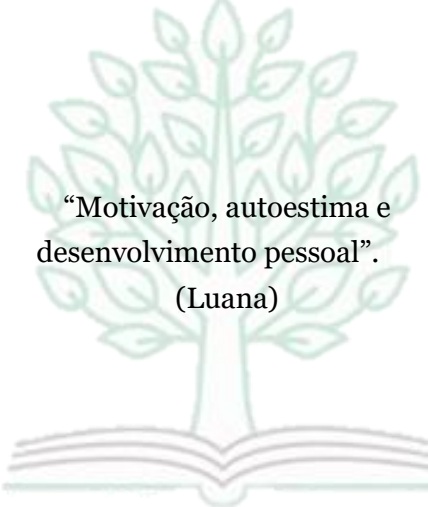
	<p>todo: “sinto que tenho mais cuidado com a minha imagem e penso mais nos comportamentos que devo ter para me ajudar a estar melhor” (Fred); “aprendi que cuidar da nossa higiene não é importante só por causa da aparência, mas sim para evitar doenças” (Núria); “consegui pensar em muita coisa sobre como deve ser a nossa higiene a vários níveis e tento colocar o que aprendi em prática” (Lili); “tomo banho diariamente, já não fujo tanto dele...escovo os dentes como nos ensinaram e tenho mais em atenção quando a roupa está suja” (Bandeirinha Júnior); “consequimos mudar alguns hábitos e pensar sobre os que tínhamos que não eram assim tão bons” (Yasmine); “para mim foi tudo útil e acho que para elas também. O cuidado com a nossa imagem pessoal é importante tanto para nós como para os outros” (Luana); “ajudamo-nos umas às outras para nos lembramos das dicas e conselhos que fomos ouvindo. Também acho que agora sou mais capaz de cuidar de mim a vários níveis” (Pipoca Mendes); “sempre considerei a minha imagem muito importante, mas sei que por vezes não tinha os melhores hábitos. Agora consigo pensar de maneira diferente” (Ariana).</p> <p>O OE3.2, “Identificar e adotar hábitos de vida saudáveis: atividade física, alimentação”, as jovens consideraram que também foi alcançado tendo sido um processo progressivo e único para cada uma delas. Isso pôde ser comprovado através dos discursos das jovens, quando referiram que: “fui aprendendo que ao adotar hábitos de vida saudáveis era um passo para me sentir cada vez melhor” (Bandeirinha Júnior); “consegui refletir que há várias coisas que podemos fazer para que o nosso bem estar seja mais frequente” (Luana); “juntos aprendemos algumas dicas para podermos viver melhor e de forma mais saudável. Gostei de tudo o que as pessoas de fora nos trouxeram. Fizeram-nos pensar a sério e pelo menos eu noto alguma diferença na forma como olho para a minha saúde” (Ariana); “gostei muito de termos conseguido praticar exercício físico e reconheci a importância dele” (Núria); “posso dizer que fui pensando em muita coisa e uma delas foi que me apercebi que ser</p>
--	---

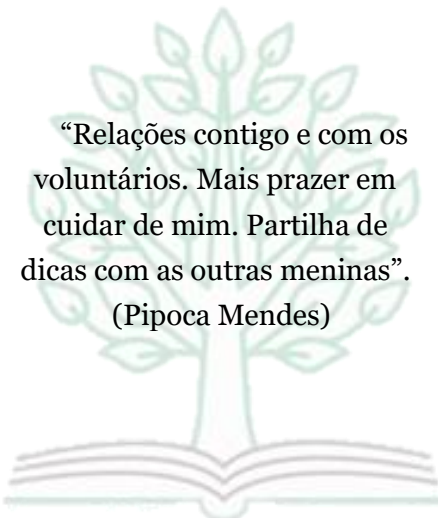
	<p>saudável é muito mais do que não estar doente e exige de nós identificar e colocar em prática o que nos faz sentir bem e vivas, mas numa lógica saudável” (Pipoca Mendes); “fui falando com alguns educadores sobre a alimentação e comecei a ver que é possível comer com gosto comida saudável. Antes eu fazia birra para comer sopa, agora tento incluí-la nas minhas refeições” (Fred); “penso muito nas caminhadas e o quanto isso me faz disfrutar da vida e ao mesmo tempo melhorar a minha saúde” (Yasmine); “sinto que tudo o que fomos ouvindo e partilhando nos ajudou a mudar algumas atitudes face ao nosso corpo” (Lili).</p> <p>Relativamente ao OE3.3, “Reconhecer e consciencializarem-se acerca dos cuidados a ter em termos de saúde (corpo e alimentação)”, também foi considerado pelas jovens alcançado, sendo que referiram que: “agora sei que posso melhorar a minha saúde com cuidados muitos simples” (Bandeirinha Júnior); “sou mais consciente relativamente aos cuidados que tenho de ter com o meu corpo” (Lili); “sinto-me mais responsável pela minha saúde e pela maneira como trato o meu corpo” (Luana); “o não cuidado com o nosso corpo pode trazer muitos problemas, tento ser mais consciente em relação ao meu estilo de vida” (Núria); “é muito importante mudarmos de hábitos quando não temos os melhores. Além de ter aprendido muito sobre mim e sobre o meu corpo, aprendi a gostar mais de mim de cima abaixo e comecei a ter mais cuidado” (Yasmine); “a vida é feita de opções e eu agora tomo as minhas com maior consciência no sentido de levar uma vida mais saudável, pois a minha qualidade de vida depende da minha consciência e responsabilidade” (Ariana); “eu aprendi muito e levo tudo daqui para fora. Achei interessante como foram as sessões, pois, para além de termos falado sobre mudar de atitudes, falámos da importância disso para nos conduzir para uma vida mais feliz, aceitando-nos como somos e fazendo o melhor por nós” (Pipoca Mendes); “é possível melhorarmos a nossa saúde e isso depende muito de nós” (Fred).</p>
--	--

	<p>Em relação ao OE3.4, “Estarem atentas à sua saúde”, as jovens afirmaram ter sido atingido, uma vez que, como assumiram no discurso: “sinto que ganhei maior independência, pois sou capaz de olhar para mim e ver o que está menos bem” (Luana); “sou mais atenta ao que se passa com o meu corpo, porque consegui estar atenta a todas as sessões e aprendi sobre muita coisa sobre o corpo da mulher” (Fred); “partilho com os educadores quando não me sinto muito bem, mas no fundo acabo por ser eu que faço as minhas escolhas e decisões, assumindo as responsabilidade de estar atenta a mim e do cuidar de mim” (Núria); “sou mais capaz não só de estar atenta à minha saúde como demonstro maior consciência dos perigos que posso correr quando não tenho os melhores hábitos” (Pipoca Mendes); “eu para estar atenta à minha saúde tenho de saber cuidar de mim e responsabilizar-me pela minha segurança e bem estar. Todas as atividades fizeram-me pensar melhor sobre os vários temas” (Ariana); “estarmos atentos à nossa saúde é importante não só para nós como parra os outros. Eu confesso que ainda tenho alguma dificuldade em saber estar atenta ao meu corpo e a tudo o que se passa com ele, mas sinto que melhorei e tudo o que falamos é uma enorme ajuda” (Bandeirinha Júnior); “sou mais independente e tenho maior controlo do meu corpo” (Yasmine); “conheci e compreendi a importância de normas e hábitos de vida saudável e de higiene pessoal e tento muito pô-los em prática” (Lili).</p> <p>Refletimos ainda sobre a atitude e envolvimento dos profissionais e voluntários, tendo sido esta valorizada e reconhecida por todas as jovens. Na perspetiva delas, esse envolvimento e essa ajuda que os diferentes profissionais lhes deram contribuiu para uma responsabilização maior e para que se sentissem, progressivamente, mais valorizadas enquanto pessoas, mais motivadas para aprender sobre assuntos que elas próprias tinham sugerido e mais capazes para fazer essas aprendizagens em grupo. Para além disso, reconheceram a importância que teve os profissionais sensibilizá-las e motivá-las de forma constante para a prática de comportamentos saudáveis e o compromisso que eles depositaram em ajudá-las a</p>
--	--


	<p>aumentar o seu conhecimento relativamente à saúde de uma forma global, uma vez que, como referiu a Luana “fizeram-nos perceber que viver saudável também está nas nossas mãos e que nós temos o poder para melhorar”, tendo a Pipoca Mendes acrescentado que “conseguimos ter mais interesse para participar porque trabalharam o que nós sentíamos que precisávamos”, tendo as restantes jovens concordado.</p> <p>Focando-se sobre as sessões dinamizadas pelos voluntários, as jovens afirmaram que no seu todo, foram sessões que aumentaram a sua autoestima, lhes deram maior autoconfiança, conforto e tranquilidade.</p> <p>Com as caminhadas e com os jogos desportivos, as jovens afirmaram ter reconhecido que a prática de desporto promovia a saúde e bem-estar, sendo que partilharam várias aprendizagens alcançadas e desafios associados ao exercitar desporto: “a prática de exercício físico ajuda a termos um estilo de vida mais saudável” (Yasmine); “nos jogos foi importante unirmo-nos para conseguirmos atingir os objetivos. Nem sempre foi fácil, mas acho que é algo que vamos conseguir melhorar” (Fred); “tivemos de aceitar que as outras errassem e pensar que também nós podíamos errar noutros momentos” (Ariana); “acho que os jogos fizeram com que nós nos aproximássemos nem que fosse só no momento do jogo... mas acabava por influenciar a maneira como nos dávamos no resto do dia” (Bandeirinha Júnior); “tivemos de tentar ser justas ao máximo para que a competição fosse o mais saudável possível” (Núria); “exigiu de nós esforço, dedicação e ensinou-nos a ver que a derrota também nos acontece a nós e que o importante é termos a consciência que os jogos, tal como a vida é feita de sucessos e fracassos e que o mais importante é aprender com as falhas” (Lili), trazendo assim, nos seus discursos alguns valores espelhados como o da saúde, o da cooperação, o do respeito por si e pelos outros, o da amizade, o da justiça, o do empenho e o da derrota.</p> <p>Na segunda parte da sessão, pedimos para que se sentassem em círculo no chão, de modo a facilitar a comunicação e realizámos o</p>
--	---

	<p>exercício denominado “Árvore das aprendizagens”, onde similarmente ao que se fez nos outros encontros que se destinaram à avaliação das Ações, convidámos o grupo a pensar em tudo o que tínhamos realizado juntos ao longo desta Ação, referindo que a vivência de cada uma delas na sua dimensão individual e coletiva atuavam neste processo de construção desde o primeiro momento. Para a realização do exercício, distribuímos por cada uma das jovens uma forma de árvore e no centro do círculo espalhámos marcadores, lápis de cor e lápis de cera. Recorremos à figura das árvores porque por um lado significa sabedoria e conhecimento, por outro contribuiu para que as jovens compreendessem que para a construção de todo o Projeto partimos todos de um tronco em comum, sem descurar as aprendizagens prévias de cada uma, mas que ao longo das sessões existiu uma intencionalidade e constante transformação e multiplicação das aprendizagens, que se espelharam nas diferentes ramificações, contribuindo para conhecimentos individuais e coletivos. Isto é, partimos de raízes que algumas vezes demonstraram ser mais delicadas e outras vezes mais fortes, alimentadas numa ânsia de aprender e assim fomos adquirindo novos conhecimentos e colecionando novas experiências. Então, perguntámos que lembranças é que as sessões suscitavam nelas, pedimos que refletissem se consideravam que o que tinham vivido tinha sido uma oportunidade e em que medida é que o que viveram se poderia expressar por palavras ou expressões, refletindo os seus pensamentos e emoções. Para além disso, referimos que poderiam escrever em qualquer parte da árvore ou da folha. Depois, foi construída uma roda de partilha, onde todas as árvores foram apresentadas pelas próprias.</p> <p>Árvore das aprendizagens:</p>
--	---

	 <p>“Liberdade Sol Voltar ao desporto”. (Yasmine)</p>	 <p>“Beleza Amor próprio e responsabilidade”. (Ariana)</p>
	 <p>“Conhecimento e Autonomia”. (Bandeirinha Júnior)</p>	 <p>“Gosto pela área do cabeleireiro, mais cuidado comigo própria e tomada de consciência”. (Núria)</p>
	 <p>“Sinto-me mais responsável por tudo em mim e olho para mim de maneira diferente”. (Lili)</p>	 <p>“Motivação, autoestima e desenvolvimento pessoal”. (Luana)</p>



“Relações contigo e com os voluntários. Mais prazer em cuidar de mim. Partilha de dicas com as outras meninas”.
(Pipoca Mendes)



“Aventura. Aumento de conhecimento. Desafio”.
(Fred)

As jovens evidenciaram gostar de todas as atividades realizadas nas sessões de avaliação, pois, como transmitiram, sentiam que existia sempre uma valorização do seu empenho.

Após a avaliação e reflexão acerca do Projeto, alertámos o grupo para a designação de um nome para o mesmo. Pensando em possíveis nomes, o grupo foi lançando expressões, como: experiências de aprendizagem, a relação como caminho para o sucesso, semeando mudanças para a vida, oportunidade para recomeçar, uma ponte para o futuro, escrevendo novas histórias e experiências transformadoras. Para além disso, também lançaram algumas palavras soltas como: vidas, mudança, presente, futuro, crescimento, desafio, construção, esperança e caminho. Gerando-se um debate sobre as ideias trazidas, percebemos que as jovens gostavam que o nome do Projeto incluísse a palavra vida(s), uma vez que, como referiram, tratava-se da vida delas e refletindo que o Projeto tinha conseguido transformar alguns aspetos em todas elas, gostavam que o nome refletisse a ideia de transformação. Tendo nós partilhado com as jovens que a Dra. Rita nos tinha transmitido que acreditava muito na capacidade que elas tinham para (re)criarem as suas próprias histórias, uma vez que tinham muito potencial dentro delas, surgiram duas hipóteses em grupo: “(Re)construir Vidas” e “Oportunidades para a Vida”. Depois, debatendo ainda sobre as hipóteses, questionaram-nos se era possível o pontinho da letra i da

	<p>palavra vidas ser um coração. Tentando perceber o que é que o coração representava para elas e porquê que desejavam que assim fosse, as jovens transmitiram que reconheciam a oportunidade de estar na CAR e que o coração simbolizaria: “o que foste para nós; o que este projeto me permitiu alcançar e conquistar; as raízes; o pertencer ao lugar e às pessoas; as relações que estabelecemos com os profissionais, com as colegas e contigo que passaste a ser parceira desta aventura”. Assim, apesar de a decisão do grupo ter pendido mais para a primeira designação, destacando-se o coração – “(Re)Construir Vidas”, o grupo sugeriu ouvirmos a opinião dos profissionais.</p> <p>Com os profissionais, a Avaliação da Ação 3 “A Saúde nas nossas Mãos” realizou-se no mesmo dia, mas da parte da manhã, tendo contado com a presença dos 6 profissionais. Nesta sessão procurou-se refletir sobre o trabalho construído ao longo da Ação, bem como avaliar a sua importância. Para isso, construiu-se um grupo de discussão, onde se avaliou conjuntamente a concretização do OG3 “Promover a saúde em termos globais”, sendo que os profissionais foram lendo os respetivos OE e foram falando em voz alta o que consideravam, tendo-se observado a partilha de ideias e a complementaridade das mesmas que conduziu a uma avaliação conjunta.</p> <p>A Dra. Carminho salientou que a Ação tinha contribuído para “a promoção de uma perspetiva de saúde positiva e abrangente”, tendo acrescentado que “penso que a maior parte dos OE foram sendo alcançados. Se bem que é preciso mais tempo para se perceber efetivamente a mudança de atitudes e comportamentos face a esta temática”. No mesmo seguimento, a Dra. Laura concordou com a colega, mas reforçou que “sinto que a maior parte delas envolveu-se de forma genuína e revelam maior cuidado com a sua imagem”. A Ed. Maria expôs que “eu acho que se viram mudanças muito significativas no que diz respeito à forma de pensar a imagem e o corpo”, tendo a Ed. Cláudia destacado que “vejo mais</p>
--	---

	<p>responsabilização por parte de algumas delas e vejo muito entusiasmo para a prática do exercício físico”. O Ed. Lucas, referiu que “vejo-as mais dispostas a falar connosco sobre os assuntos que foram abordados”, tendo a Ed. Patrícia acrescentado que “elas sentem-se mais seguras a falar sobre os temas, pois percebe-se que elas foram depositando muita atenção em tudo o que foi falado e ensinado”, tendo-se refletido que não se podia afirmar com certeza que os 4 primeiros OE foram alcançados na totalidade e de igual modo por todas as jovens, mas que não se devia descurar as mudanças consideráveis que ocorreram em cada uma delas, refletindo-se principalmente na demonstração da capacidade de responsabilidade para estarem mais atentas à sua saúde e, conseqüentemente, as atitudes demonstradas e no encarar o autocuidado como uma chave fundamental para a valorização pessoal.</p> <p>Relativamente aos objetivos traçados para os profissionais, é de referir que o OE3.5, “Compreender o conceito de promoção da saúde de uma forma mais abrangente” foi unanimemente considerado atingido, tendo os profissionais salientado que: “tudo o que trabalhamos aqui partilhamos com os nossos colegas e isso foi útil para olharmos para o conceito de uma forma mais completa e humana” (Ed. Lucas); “sinto que sabemos todos falar melhor sobre o conceito, tendo em conta tudo o que ele envolve” (Ed. Patrícia); “apesar de não termos estado todos presentes, foi muito útil porque a informação acabou por chegar a todos, pois nós comprometemo-nos a fazê-lo e assim foi” (Ed. Maria); “deu-nos suporte para apoiar as jovens. Como costume dizer: só pode apoiar quem for apoiado e nós fomos apoiados no sentido de discutir de forma refletida sobre o assunto” (Ed. Cláudia); “a meu ver foi um objetivo que demonstrou ser muito pertinente, pois criou as bases para se construir o que veio a seguir” (Dra. Laura); “acredito que a formação será sempre uma mais valia para os profissionais que através de um conjunto de conteúdos ajustados à nossa realidade, conseguimos desenvolver, ajustar e rever os nossos conhecimentos para agir melhor” (Dra.</p>
--	--

	<p>Carminho). Relativamente aos OE3.6 e OE3.7, “Sensibilizar as jovens para adotarem comportamentos saudáveis” e “Aumentar/melhorar o conhecimento das jovens no que respeita à saúde (cuidados com o corpo)”, todos concordaram que as sessões possibilitaram uma reflexão sobre a importância da sensibilização e do aumento e aperfeiçoamento dos conhecimentos das jovens, tendo sido considerado que: “estando atentos e sensíveis às várias questões conseguimos progressivamente promover um ambiente de trabalho mais saudável e favorável para o alcance de objetivos a que nos propusemos. Quanto a esses, notei que o nosso envolvimento foi cada vez maior para trabalhar nesse sentido e acho que muitas das mudanças que se atentaram deve-se não só ao trabalho realizado nas sessões, como também fora, no dia a dia, várias vezes por dia” (Ed. Patrícia); “fomos possibilitando e garantindo uma aprendizagem efetiva e transformadora de atitudes e hábitos de vida” (Dra. Carminho); “sinto que houve alguns profissionais que apostaram mais nesta dimensão, mas como as jovens tiveram a oportunidade de participar de forma ativa nas sessões, penso que isso não foi sentido de forma tão acentuada, pois efetivamente presenciaram-se mudanças” (Ed. Maria); “acho que houve esse cuidado e não nos podemos esquecer que os voluntários contribuíram para que isto fosse possível, sendo que os profissionais ao assistirem às várias sessões, foram dando conta do papel importante que também poderiam assumir” (Dra. Laura), tendo os restantes profissionais concordado.</p> <p>A determinado momento, a Ed. Cláudia partilhou que “ao educarmos para a saúde e para a higiene, de forma contextualizada e sistemática, toda a equipa contribui de forma decisiva na formação de jovens capazes de atuar de maneira mais correta ao nível de saúde pessoal e coletiva”, tendo o Ed. Lucas acrescentado que “foi relativamente fácil conseguirmos contar com a colaboração das pessoas e isso deixa-me muito feliz. Contudo, não posso negar que investir nesta área tem sido um desafio, no que se refere à possibilidade de garantir uma aprendizagem efetiva e</p>
--	---

	<p>transformadora de atitudes e hábitos”. A Dra. Carminho expôs que “foi um desafio porque numa fase inicial, foi necessário assumir o processo de promoção de saúde como uma mudança de perspectiva, de conceito e forma de atuar das equipas, com o intuito de fazer com que as jovens crescessem em relação a esses assuntos”, sendo que a Ed. Cláudia partilhou que “o grande desafio na minha opinião foi olharmos para o que estava menos bem e ao possibilitarmos isso ao longo dos encontros, significou abrir caminhos para a adoção de estratégias que privilegiassem uma visão mais ampla do assunto e fomos demonstrando ser cada vez mais críticos e reflexivos”.</p> <p>A Dra. Laura partilhou que “eu sinto que foi muito importante podermos contar com a cooperação dos outros profissionais, pois se não houvesse uma participação tão ativa da comunidade, seria mais difícil, uma vez que o sucesso estava dependente da interação entre as jovens e a realidade. Eu acho que só assim foi possível valorizar a autonomia delas na determinação de estilo de vida e sua alteração”. No mesmo sentido, o Ed. Lucas expôs que “foi muito importante construir pontes capazes de ligar pensamentos e ideias. Para além disso, as sinergias que criámos entre a equipa despoletou também nas jovens motivação”. Para a Ed. Maria, “foi pertinente toda a transmissão de informação e demos a oportunidade para elas desenvolverem competências num ambiente protegido, o que lhes concebeu melhoria da capacidade para gerir individualmente e com conhecimento e maior motivação e confiança nelas próprias”.</p> <p>Os profissionais partilharam que a questão não se limitava a construir ou destruir intervenções, mas antes refletir aonde queriam chegar e a que lugares ou percursos as escolhas que faziam os poderiam levar, sendo que a Ed. Cláudia expôs que “deveríamos levar a sério que a educação, como prática essencialmente humana, é um instrumento de intervenção que deve estar acima da transmissão de saberes, centrando-se na criação de ambientes de compartilhamentos propícios. Nesta ação tentamos muito que ela fosse pensada e feita como um modo de promover a reflexão e a consciência crítica das jovens sobre as suas situações atuais”, tendo</p>
--	--

	<p>a Ed. Maria salientado que “foi pautada no diálogo, no qual as jovens foram consideradas como sujeitos capazes de construir o seu próprio caminho e sinto que os voluntários também fizeram muito bem esse trabalho”. A Dra. Laura acrescentou que “o facto de termos tido a possibilidade de refletir e discutir o conceito, bem como sobre as atuações, fez com que surgisse em equipa novas formas de pensar a saúde, que se revelou oportuna e necessária, onde as jovens sentem ter maior participação no controlo do processo que diz respeito à saúde delas e naturalmente à qualidade de vida”.</p> <p>Sobre a prática desportiva, os profissionais aludiram que sentiam que essa estava a contribuir para a autoestima e confiança das jovens. Para além disso, a Ed. Cláudia destacou que “ao jogar elas aprender como interagir umas com as outras e esta interação leva-as a desenvolverem capacidades de liderança, de equipa e de comunicação que as ajudará nos outros relacionamentos pessoais”, tendo o Ed. Lucas acrescentado que “tem sido importante fazê-las ver que perder não é sinónimo de fracasso, ajudando-as a perceber as vantagens das derrotas”.</p> <p>Quase a terminar a sessão, vimos se era possível os restantes profissionais juntarem-se a nós com o objetivo de partilhar as ideias das jovens relativamente à designação do nome do Projeto, com o objetivo de reunirmos as ideias dos mesmos e de ver o seu parecer quanto às ideias que tinham surgido. Assim, as palavras que os profissionais mais apontaram foram: refletir, aprendizagem, construção, mudança e orientação. Tendo as palavras construção e mudança surgido tanto na escolha dos profissionais como das jovens, e como um dos títulos elegidos pelas jovens incluía a palavra construção, os profissionais acharam bem e criativo o nome para que mais as jovens penderam, tendo referido que o mais importante era o título ter significado para elas. Para além disso, refletindo sobre a presença do coração no título, os profissionais foram unânimes em referir que para eles também fazia todo o sentido, tendo alguns profissionais ficado comovidos com a justificação das jovens. Para eles, a presença do coração fazia sentido, uma vez que referiram que</p>
--	---

	<p>tudo o que faziam se alicerçava na relação com elas, sendo que referiram que o mesmo poderia simbolizar o afeto, a atenção, bem como a disponibilidade que depositavam diariamente na relação com elas, tendo-se ouvido que a relação era a base para todo o trabalho que construíam com as jovens e uma das ferramentas mais valiosas. Foi ainda discutido o facto de o (re) ficar entre parênteses, sendo que foi consensual que poderia ficar, dado que era uma informação acessória que quando tirada do título não deixaria de fazer sentido para todos, mas a sua presença, na opinião dos profissionais enriquecia o conteúdo do título, pois na perspectiva deles, todas as jovens tinham o desafio de recomeçar e de reconstruir as suas vidas do zero, muitas das vezes. Assim, tendo sido com a concordância de todos, o nome do Projeto ficou “(Re)Construir Vidas”, tendo os profissionais transmitido que consideravam que tal nome era transversal a tudo o que foi construído, espelhava que o que tinha sido contruído contribuiu para a evolução e transformação delas, tendo a ideia de desenvolvimento de competências pessoais e sociais subjacente.</p>
--	--

“Em diálogo com os voluntários”	
Descrição	<p>Todo o processo que foi realizado durante a Ação 3 “A Saúde nas nossas Mãos” contou com a colaboração de voluntários que foram capazes de gerar uma ação de cuidado direcionada às jovens. As jovens ao longo do Projeto sentiram-se como sujeitos e não objetos como espelharam nos seus discursos e isso foi possível porque as voluntárias não tornaram as jovens como recetoras de sessões, mas sim responsáveis pelas mesmas. Perante isso, e tendo em consideração que a voz de todas as pessoas é pertinente não podíamos deixar de estabelecer conversas intencionais com elas, de modo a compreender o que significou para elas esta aventura.</p> <p>A cabeleireira em conversa intencional referiu que “na primeira sessão onde houve um tempo destinado à apresentação, onde cada uma de nós falou um pouco de si, eu percebi que muitas delas tinham a paixão por esta área. Por isso, a par de ter investido com elas nas</p>

	<p>áreas em que elas pediram, tentei também trabalhar com elas os desafios inerentes a uma profissão com esta que exige que estejamos sempre em contacto com pessoas, ajudando-as a olhar com cada vez mais atenção para a sua postura e maneira de falar”. Para além disso, a profissional expôs que “foi um desafio enorme estar aqui pelas mais variadas razões. Pelos aspetos de quantidade, como a frequência e número de jovens e de qualidade, pela efetividade e participação ativa delas, que era o que eu mais desejava quando abracei esta aventura. Quis propiciar participações que tivessem um dos elementos que acho fundamental: o empoderamento das jovens, tendo sempre em vista um processo de capacitação que as capacitasse para ter um melhor controlo sobre as suas escolhas, promovendo uma melhoria na qualidade de vida delas. Para mim foi especial podermos partilhar estes momentos e elas deram-me o melhor agradecimento que me poderiam ter dado: transmitiram-me que gostaram de estar na minha companhia e que se sentiam mais bonitas e felizes”.</p> <p>Em conversa intencional com a profissional de consultoria de imagem pessoal, a mesma salientou que “um dos meus objetivos quando aceitei esta proposta era ajudá-las a conhecerem-se um pouco melhor, a descobrirem o seu potencial para viverem mais felizes”, tendo acrescentado que “eu gosto muito de uma frase e acho que é o momento ideal para partilhá-la: mais do que investir em imagem, é investir num estilo de vida mais leve e feliz, com aquisições espertas para um guarda roupa cheio de possibilidades. Eu sou apaixonada pelo que faço, mas o mundo da consultoria de imagem é tanto fascinante como assustador, pois eu penso muitas vezes nos “ses”- e se eu não conseguir vingar neste trabalho? E se eu não tiver pessoas que gostem do meu trabalho? E se eu não conseguir ser boa profissional? Todos estes “ses” são válidos, mas o nosso trabalho vale mais a pena quando o usamos a ajudar os outros”. Referiu ainda que “eu tentei demonstrar às jovens que esta é uma área que tem mais a ver com a pessoa que elas são e com a sua autoestima, auxiliando-nos a compreender a relação com o corpo”.</p>
--	--

	<p>Todavia, como referiu “é preciso mais tempo com elas, pois durante um acompanhamento mais prolongado, elas iriam perceber de que forma é que os diversos estilos, formas e cores de roupas poderiam potenciar as suas melhores características e isso era muito enriquecedor para elas, uma vez que a consultoria de imagem deve ser encarada com um processo que respeita a personalidade de cada um e tem como principal objetivo a valorização das pessoas”.</p> <p>Na conversa intencional com a profissional nutricionista, a mesma aludiu que “eu aceitei de imediato este desafio com agrado e foi um gosto enorme. Todos nós temos a responsabilidade no que respeita à saúde e bem-estar, contribuindo desta forma para o desenvolvimento individual e coletivo”. Para além disso, salientou que “nós, enquanto humanos somos os únicos que conseguimos aprender com o que nos acontece, com o que vivenciamos e nós somos muito capazes de ir além, de transformar e de transformarmo-nos e esta foi uma ideia que eu quis transmitir-lhes, expondo-lhes que saudável é elas compreenderem-se como agentes participantes e transformadores das suas vidas”. Concluiu a referir que “eu acredito que conhecer as características individuais delas, ter condutas flexíveis e traçar mudanças graduais em conjunto constituem-se formas de motivá-las a ter mais cuidado com a alimentação”.</p> <p>Quanto à possibilidade de continuarem a frequentar a instituição, da parte da nutricionista e da consultora de imagem mostraram total disponibilidade, referindo que sempre que precisassem poderiam contar com elas. A cabeleireira ficou de ir todas as segundas feiras, continuando a apostar na intervenção com as jovens, direcionada para o autocuidado e valorização pessoal. Também os profissionais da Unidade de Saúde Familiar expressaram a sua disponibilidade para continuar a apoiar a instituição neste sentido.</p>
--	---

APÊNDICE L: ACOMPANHAMENTO INDIVIDUAL “PALAVRAS E ATITUDES QUE (NOS) FAZEM CRESCER”

Todo o trabalho construído ao longo das três Ações, foi alicerçado por acompanhamentos individuais às jovens. Fazer com que as jovens se sentissem integradas demandou, a nossa contínua presença no acompanhamento do seu quotidiano. Estes acompanhamentos individuais diferenciados que não tinham periodicidade marcada, ocorreram sempre que as jovens nos procuravam ou sempre que considerámos que era positivo para elas se expressarem num ambiente de um para um. Tais acompanhamentos colocaram-nos como aquela pessoa que foi ajudando as jovens a resignificar as histórias de vulnerabilidade e a desenvolver a capacidade de criar ambientes que fossem de confiança entre nós e elas. Para além disso, visaram dar suporte emocional às jovens, construindo com elas vínculos de respeito, de atenção, de disponibilidade e afetividade.

As jovens procuravam-nos para partilhar os seus receios e situações que lhes causava alguma inquietude, como: o não saber o que esperar do futuro; algumas atitudes que reconheciam ter face a profissionais e a colegas; a instabilidade interna que era sentida por cada uma delas; conflitos que existiam entre elas; a pouca motivação que tinham para o dia a dia; o facto de não saberem lidar com alguns pensamentos e emoções; demonstração de sentir que “não sou capaz”, sendo que procuramos refletir sobre as diversas situações particulares, procurando ser sempre uma fonte de calma, segurança e compreensão para as jovens, tendo as jovens muitas vezes reconhecido a positividade destes encontros, expressando que eram uma valiosa ajuda para o seu crescimento pessoal, uma vez que as conversas intencionais e as questões que refletíamos juntos de um para um mostravam-se úteis e ampliadoras no processo de manifestar respeito e apreço pelas necessidades que eram expressas por cada uma delas. Ao longo deste processo, fomos sendo capazes de validar os desejos das jovens, as suas crenças e valores, possibilitando-lhes ao mesmo tempo trabalhar o que era sentido por elas como dificuldades. Interessamo-nos pelo desenvolvimento delas, respeitámos as suas competências, tivemos disponibilidade para as orientar e incentivámos atitudes mais positivas para consigo próprias e para com os outros.

Foi pertinente estarmos atentos às reações, sentimentos e pensamentos das jovens, no que dizia respeito ao verbal e não verbal, que permeavam estes encontros. Para além disso, foi igualmente fundamental ter em consideração alguns aspetos como: pensarmos que estratégias desenvolvíamos para, no contexto de grupo, estarmos atentos a cada uma das jovens; pensarmos bem no que dizíamos quando elas referiam não ser capazes ou quando diziam não saber, refletindo na maneira como estimulávamos a participação; reconhecermos e valorizarmos as características e potencialidades de cada jovem; prevermos na rotina diária tempo para elas escolhessem partilharem o que sentiam ser necessário; apoiarmos as jovens a construírem pensamentos que as fizesse sentir melhores e mais capazes; darmos voz às jovens e apoiá-las a transmitir o que motivava as suas escolhas e opiniões. Ao longo desses momentos, também dissemos às jovens o quanto apreciávamos as suas capacidades; reforçámo-las pelas atitudes positivas, elogiando-as; elogiámos muito quando as atitudes delas envolviam o respeito, o amor, a compreensão e a ajuda aos outros; e, outro aspeto importante, nunca elogiámos as jovens, comparando-as a outras.

APÊNDICE M: REGISTO DE CONVERSAS INTENCIONAIS APÓS DESENVOLVIMENTO DO PROJETO “O QUE FICOU NA MEMÓRIA, O QUE GUARDO NO CORAÇÃO...”

Após o desenvolvimento do Projeto “(Re)Construir Vidas”, foram estabelecidas conversas intencionais com as jovens e com os profissionais da CAR. Da parte das jovens, ouviram-se expressões: “foi muito interessante”; “muito útil”; “aprendi muito”; “fazíamos sempre coisas diferentes e tinham a ver com o que precisávamos”; “parece que ainda ontem te estava a conhecer e agora já terminou”; “significou muito para mim”; “gostei de fazer parte deste Projeto”; “inspirou-nos a ser uma versão melhor de nós mesmas”; “senti-me acarinhada”; “gostei de tudo”; “foi uma descoberta pessoal”; “falamos de sentimentos”; “ajudou-me a descobrir mais sobre mim e sobre os outros”; “aprendi a conviver melhor”; “aprendi tanta coisa”; “as sessões para mim foram úteis e ajudaram-me a muitos níveis. Aprendi coisas novas que me ajudarão no futuro”; “adorei as sessões, sempre foste muito compreensiva e aprendi muito”; “aprendi muito sobre muita coisa e a trabalhar melhor em grupo, a saber lidar com cada uma. Gostava de ter mais experiências destas, pois eu adorei e vou ter muitas saudades dos momentos todos que passamos contigo”; “as sessões fizeram-me sentir melhor”; “gosto muito de ti porque nos ajudaste em muita coisa”; “obrigada por nos deixares ser nós mesmas e por teres querido fazer coisas connosco”; “aprendi coisas úteis para o meu futuro”; “ajudaste-me e eu nunca vou esquecer isso e sei que também nunca nos vais esquecer. Todos os momentos foram importantes, desculpa só quando éramos mais chatas e não nos portávamos muito bem”; “todas as sessões foram importantes e conseguimos viver algumas mudanças”; “ensinamos e mostramos tudo o que aprendemos às outras meninas”; “ajudaste-nos muito no que precisávamos. Todas gostávamos das atividades e estivemos motivadas. Acredito que foi uma experiência incrível para elas, assim como foi para mim” que refletiram o interesse e a importância que as jovens atribuíram ao Projeto. Como sugestões para o futuro, as jovens evidenciaram: “gostava de fazer mais atividades”; “mais dinâmicas”; “mais atividades no exterior” e “mais dinâmicas do nosso interesse”, tendo concluído que “é possível, pois tu deste-nos isso”; “basta acreditar que nós também sabemos estar”; “resulta melhor connosco”; “por

vezes só é preciso que os profissionais estejam abertos a coisas novas, continuando a ajudar-nos”.

Os profissionais consideraram que todo o trabalho construído foi interessante e positivo e sublinharam a possibilidade de novas aprendizagens. Como pontos menos positivos salientaram as incompatibilidades de horários, a dificuldade de articulação uns com os outros, bem como a necessidade de uma maior intervenção voltada para o que as jovens sentem ser os problemas. A Ed. Cláudia referiu que “acabei por me apaixonar ainda mais por esta realidade ao entender o quanto se pode fazer de diferente, mesmo que com frustrações e falhas pelo meio. Nada me deixa mais feliz do que ver novos projetos a nascer em torno do que elas sentem que precisam”. Para a Dra. Laura, “demonstraram uma diminuição significativa de problemas de comportamento, melhorias ao nível das relações e melhoria considerável na qualidade de vida relacionada com a saúde”. A Dra. Margarida expressou que “vi a construção de grandes palcos, rodas espontâneas de conversa, debates, reflexões e trocas de experiências entre nós profissionais e entre as jovens, onde todos fomos confrontados, questionamos e colocamo-nos a pensar em diferentes situações e nas nossas atuações”. O Ed. Lucas transmitiu que “ações destas serão sempre úteis e positivas. Acredito que fica muita coisa aqui. Abrimos os olhos e foi possível pensar que modificar algumas coisas ou estar abertos para outras não precisava de grandes passos, mas sim o envolvimento e o compromisso de todos. Existem inúmeros projetos sociais que modificam a vida de várias pessoas e eu tenho a certeza de que, além de termos ajudado as jovens, isto contribuiu muito para o nosso crescimento enquanto pessoas e enquanto profissionais. Eu acredito muito no diálogo e na partilha e eles foram sempre valorizados em diferentes momentos. Foi possível perceber que há muitas maneiras de ajudar e fazer com que um projeto continue a transformar realidades e vidas”. A Ed. Maria transmitiu que “para se conseguir modificar realidades é muito importante que as pessoas entendem a situação em que vivem e isso aconteceu aqui. Tanto nós como as jovens permitimo-nos olhar com olhos de ver para o que nos rodeava, analisamos e sentimo-nos parte do Projeto e assim, foi possível refletir sobre formas de empoderamento pessoal e social”. A Ed. Costa, apesar de ter considerado difícil estar presente em todos os momentos, salientou que “acho que auxiliou as jovens a refletirem sobre os problemas e ao longo do tempo elas

foram mais participativas e autónomas e isso favoreceu o bem-estar pessoal e coletivo”. À semelhança da Ed. Costa, a Ed. Inês também expôs que “não tive muito presente fisicamente, pois era difícil conciliar tudo, mas tentei procurar saber junto dos meus colegas o que se trabalhava para assim caminharmos no mesmo sentido. Acho que todas as sessões se transformaram em espaços fundamentais para o debate sobre as mais variadas coisas e proporcionaram oportunidade para haver partilha de conhecimentos e a participação das jovens foi cada vez mais intensa. Contavam-me muito o que faziam e demonstravam-se contentes”. A Dra. Carminho partilhou que “sinto que aprendemos que temos diariamente um fim de oportunidades para pudermos realizar coisas de maneira diferente e melhor, fazendo que “as nossas jovens” se tornem mais plenas e felizes. O empoderamento delas surge como uma esperança de melhoria dos problemas que apresentam”. A Ed. Sofia expressou que “fossem caminhos seguros ou não, foram sendo o fruto das nossas opções, não foram opções tuas, foram nossas e isso é que é investir no empoderamento das pessoas e das realidades. Sinto que ao longo do tempo encorajaste a participação de todas as pessoas, o que as levou a sentirem-se mais úteis e compreensivas”. A Ed. Patrícia reforçou a pertinência do trabalho que desenvolvemos, tendo referido que “é notório que foi importante e tenho a certeza que é muito útil para o futuro delas. Nem sempre é fácil fazer um trabalho voltado para as competências, mas sabemos que isso nos cabe a nós, zelando pelo bem-estar e qualidade de vidas das jovens”. A Ed. Ribeiro e o Ed. Vicente salientaram que as jovens foram estando, progressivamente, mais motivadas ao longo do Projeto, tendo referido que “partilhavam muitas das coisas que trabalhavam”. O Ed. Filipe expôs que “os momentos de reflexão conjunta foram imprescindíveis e senti que fomos vozes e não ecos ao longo deste processo. Os diferentes momentos estimularam relacionamentos mais confiantes, participativos e deram suporte às pessoas. Fomos capazes de pensar em ações e interiorizamos metas que foram comuns. Quanto às jovens elas aqui têm de ter a oportunidade para aprender e ensaiar o que consideram ser um desafio para elas e neste Projeto viveu-se um espaço onde todos foram agentes de mudança, onde cada um trouxe os seus saberes e vivências para a construção de novas coisas, atentando-se jovens mais felizes e valorizadas”. A Dra. Rita evidenciou “foi importante estarmos disponíveis para mudar e as reflexões e discussões constituíram-se fundamentais. É claro que

existem aspetos a limar, mas também sei e acho que os meus colegas também sabem que isso está dependente da nossa prática enquanto seres individuais e enquanto pessoas que se esforçam para trabalhar no mesmo sentido”. Na perspetiva da Diretora técnica a intervenção “sensibilizou as jovens para a importância de ouvir e respeitar o outro, para o espírito de entreajuda, para a gestão de sentimentos e conflitos”, tendo acrescentado que “o leque de atividades fomentou relações mais positivas e diálogo entre elas, assim com as capacitou com estratégias para saberem encarar desafios de uma forma mais positiva, o que contribuiu para a vivência de ambientes de convivência que demonstraram ser um pouco mais saudáveis”. Na ótica dos profissionais, as estratégias mobilizadas foram importantes para que as jovens se sentissem mais empoderadas e o Projeto foi inovador. No discurso deles salientaram o grau de satisfação demonstrado pelas jovens ao longo do Projeto: “aderiram com muito entusiasmo”; “estavam motivadas”; “demonstravam curiosidade pelos próximos momentos”; “falavam entre elas sobre o que tinham explorado”. Também expressaram que na opinião deles, o Projeto apresentou-se como “uma grande ajuda”; “despertou reflexões pertinentes”; “foi uma mais valia para todos nós”; “um mote para refletirmos e agirmos”; “uma ajuda para que existissem mudanças. Não importa se são pequenas ou grandes, importa sim é que tenham impacto para as pessoas”. De referir as principais mudanças nas práticas: envolvimento dos profissionais, que contribuiu para a reflexão do modo de agir, mudanças a nível das práticas do poder frequentar o espaço exterior da instituição, responsabilização pela partilha de conhecimentos (as jovens partilhavam o que exploravam nas sessões com as outras jovens, influenciando-as positivamente). É de referir que os profissionais continuaram a investir na prática do exercício físico com as jovens. Ressaltaram que quanto às caminhadas iria requer um esforço enorme, tendo em conta as suas funções, mas que iriam organizar-se da melhor maneira que conseguissem para que quando as jovens pedissem para realizar caminhadas fosse possível as acompanhar. A par disso, transmitiram que pretendiam continuar a desenvolver um trabalho no sentido de desenvolvimento e acompanhamento de competências pessoais e sociais e pretendiam apostar na dimensão dos afetos e da sexualidade, realizando dinâmicas com as jovens e, sempre que possível, apostando de novo na colaboração com pessoas da comunidade.

APÊNDICE N: CONVÍVIO FINAL “AS DESPEDIDAS NÃO PRECISAM DE SER MÁS”

Como as jovens tinham manifestado interesse em realizarmos um convívio quando esta aventura estivesse a terminar e tomando nós como importante o momento em que nos retirámos para que as pessoas possam continuar o seu caminho, de modo a facilitar o processo de separação do grupo, organizámos um lanche coletivo no dia 2 de agosto, que tinha sido previamente combinado com as jovens e com os profissionais. Todos contribuímos para a sua preparação, algumas das jovens confeccionaram bolinhos e bolachas com a ajuda das cozinheiras, outras preparam saladas de fruta e gelatinas, nós levámos bebidas e outras preparam a decoração do espaço, organizando as mesas.

Não nos tendo esquecido da expressão que as jovens usavam relacionada com as fotografias “todos os dias são bons dias para fotos” e sabendo que todas as jovens apreciavam fotografias e que as mesmas representavam muito para elas, no final tirámos uma fotografia com cada uma delas, recorrendo a uma máquina polaroid, sendo que as jovens ficaram muito contentes, uma vez que a máquina permitiu que as jovens sacudissem as fotografias para que as mesmas se formassem com maior rapidez, vendo os resultados das mesmas, o que suscitou reações espontâneas muito curiosas e particulares de cada uma delas. Estas fotografias foram uma forma de valorização da sua participação e envolvimento ao longo do Projeto.

Durante o convívio ainda houve lugar para dançar, cantar e tirar mais fotografias tanto no interior como no exterior da instituição. Este dia, para as jovens revelou ser um dia repleto de um misto de emoções, dado que por um lado havia felicidade, mas por outro, a “despedida” foi difícil porque sentiam não haver esperança de retorno, sendo que as jovens expressaram que estavam preparadas para viver saudade. Contudo, também evidenciaram que não era mau a saudade habitar nos seus corações e que as lembranças jamais desapareciam, sendo que para elas, esta tarde constitui-se num momento de degustação, convívio e diversão, onde todas as jovens se sentiram ouvidas, valorizadas, orgulhosas e reconhecidas pelo seu valor enquanto pessoas capazes. Como expressaram, este convívio teve um significado especial dentro do processo do grupo e foi vivido por cada um de nós de maneira diferente.

NM